



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG17382	ImageGroup:	I1KG17384
LCCN:	2003313733	ISBN:	n/a

Title:	གཏུང་པཅད་སྒྲུ། gang+gA'i bzhad sgra/
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	dharamsala, district kangra, h.p.
Publisher:	college for higher tibetan studies
Date:	2001-
Volume:	1
Total Volumes:	25
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014

༢༠༠༡

བྱེད་པའི་ཆེན་མོར་མཁུ་བའི།

ཐོན་གྱི་མཐོ་རིམ་སྒྲིག་གཉེན་ཁང་།

གཤམ་གཤམ་བཞུགས་ཆེ།

གང་ལ།

འགྲོ་བུ་མ་ཤོད་ནང་ནས་ལུང་ལ་ཕྱིན་པའི་ཆེན་མོར་མཁུ་བའི་
 རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་ཆེན་མོར་མཁུ་བའི་
 རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་ཆེན་མོར་མཁུ་བའི་
 རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་ཆེན་མོར་མཁུ་བའི་
 རྒྱུ་ལྡན་གྱི་ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་ཆེན་མོར་མཁུ་བའི་



ཆེན་མོར་མཁུ་བའི་ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་



མིང་མིང་གྱི་ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་



ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་



ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་ཕྱི་ལོར་མི་འདུག་པའི་

གང་གྱི་པུན་སྐྱེད་ཚུལ་སྤྲེལ་ཆོག་སྟེང་།

ཐུ་བྱུང་སྐྱེད་ཚུལ་པ།

སྐྱེད་ཐུ་བྱུང་ཚུལ་པ།

ཚུལ་སྤྲེལ་པ།

ཆོ་རིང་ཐུ་བྱུང་།

ཚུལ་སྤྲེལ་ལས་འགན།

སྐྱེད་ཐུང་ཐུང་ལས་འགན། ངག་དབང་ཚུལ་པ། འཇམ་དབྱངས་པ།

ཐུ་བྱུང་ཚུལ་སྤྲེལ་པ། ཆོ་རིང་མགོན་པོ།

དེ་ལ་གཞི་རྒྱུ་འགོད་པ།

ས་རྒྱུ་སྤྲེལ་ཚུལ་པ།

ཐུ་བྱུང་ཚུལ་འགོད་པ།

Mr. Tom and Gisa

ཐུ་བྱུང་ཚུལ་པ།

རི་མོའི་ཆུང་པོ་འགོད་ཚུལ་པ།

མདུན་གྱི་དང་བར་འཇུག་པ་བྱང་འགོད་ཚུལ་པ། ངག་དབང་ཚུལ་པ།

བར་འཇུག་རི་མོ་འགོད་ཚུལ་པ། ཆོ་བདེན།

Copy right © 2001: Institute of Buddhist Dialectics

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without prior written permission from the Publisher.

Published by:

College for Higher Tibetan Studies

P.O. Sarah, Dharamsala 176 215

District Kangra, H.P. INDIA

Phone: 01892 26690 Telfax: 01892 26788.

e-mail: ibdsarah@vsnl.com



३१५॥७७॥पुर्वोक्तं॥७॥

INSTITUTE OF BUDDHIST DIALECTICS

P.O. Sarah, Dharamsala - 176215, Distt. Kangra, H.P., INDIA

མེད་བཟོད།

༡༡། ས་རྒྱ་པོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་རྒྱུ་གཉེར་ཁང་པོད་དངོས་གཞི་དབུ་བརྟེས་ནས་མི་ལོ་གསུམ་རྒྱལ་ཙམ་ཞིག་ཕྱིན་པ་
རེད། དེའི་ཕྱིར་ལ་ཕྱི་ནང་གང་ས་ནས་ཡར་རྒྱས་སྤུངས་ཕྱིན་ཡོད་ཀྱང་། ད་དུང་མུ་མཐུད་ཤུགས་བརྒྱབ་དགོས་པ་དང་
རིག་པ་རྒྱུ་མ་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཤིན་ཏུ་ནས་ཡང་མང་མོད།

ད་ལན་འདི་གའི་སྒྲོབ་གཉེར་པ་ཚོས་རང་ངོས་ནས་དུས་དེའི་ཅིག་འདོན་རྒྱུའི་འབད་བརྩན་གནང་བའི་ཚུམ་སྡིག་
 ཚོགས་མི་ཆང་མར་འཁམས་འདི་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བླ་རྒྱ་ཡིན། མ་འོངས་པར་དུས་དེའི་ཨ་ཕ་ལྷ་མཐུད་འདོན་ཐུབ་
 མིན་དེ་ནི་དུས་དེའི་འདིས་ཤན་ཐོགས་མིན་གྱི་རྣམ་པ་ལ་འར་ག་ལུས་པ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག

མེད་གཉེན་ཁང་འདི་ཡོད་པ་ལྟུངས་མགོན་ཆེན་པོའི་བསྐྱེད་པ་མེད་པའི་ལམ་སྟོན་འོག་པོར་གྱི་རིག་གཞུང་འདིན་
སྟོང་ཆེལ་གསུམ་གྱི་སྟོན་པ་མི་རབས་གསར་མེད་གི་རྩམ་པ་རྩ་བུ་ཞིག་ལ་བྱུགས་རེ་གནང་སྟེ་བཙུགས་པ་ཞིག་རེད།
བྱུགས་རེ་གནང་བ་ནང་བཞིན་བསྐྱེད་པ་རྩམ་པ་མེད་ཆེད་དུ་རྩྭ་ག་པས་མ་ནམ་དག་དང་དམ་ཆོག་དོག་ཙ་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་པ་ནས་བྲག་
ལས་གནང་བའི་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ཞུ་གི་ཡོད། ད་ཆའི་དུས་སྐབས་པོར་མི་རིགས་རིག་གཞུང་དང་བཅས་པ་ཆགས་
འདིག་གི་གནས་སྡངས་གཉན་འབྲང་ཙན་འདིར་ཆང་མས་འབྲལ་སེལ་གྱི་སྟོགས་ཙམ་མ་ཡིན་པར་མ་འོངས་པོར་གྱི་རིག་
གཞུང་གི་ཐོག་ལ་ལག་རྟེན་འདོག་བྱུང་པ་ཞིག་དང་། འགན་འཁུར་བའི་སྟོན་པ་ཁབས་འདོགས་ཞུ་བ་པའི་སེམས་
བྱུགས་དང་ལག་ལེན་ལ་འབད་དགོས།

དུས་དེའི་འདྲ་བར་ཕྱེད་ལྷན་པོ་དྲུག་གཞིན་ཆོར་མིག་དཔེ་བཟང་པོ་ཞིག་དང་། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་དགའ་མོས་སྤྱོད་པའི་འཕྲིན་ལུང་ཞིག་དུ་འགྲོ་བའི་འདུན་པ་འབྱེད་དགོས། མཐའ་དོན་དུས་དེའི་ས་སྤྱོད་གཉེར་ཁང་འདིའི་སྤྱོད་གཉེར་བ་ཆང་མ་ད་རྩ་ནང་བཞིན་ཆོལ་ཁ། ཆོས་ལུགས། མི་རིགས་དང་སྤྱུ་མེར་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་དམ་ཆོག་དོག་ཅ་ཆོག་བསྐྱེལ་བྱི་སྟོན་ས་སྤྱོད་གཉེར་ཚུལ་བཞིན་ཡོང་བ་དང་། སྤྱོད་གཉེར་བྱས་པའི་འབས་ཤུ་དེ་ཡང་ལགོང་ས་ལ་སྐྱབས་མཆོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་དགོངས་ཡང་དག་བསྐྱབ་པའི་ཆ་ཕྱིན་དམ་པར་འགྲོ་བའི་རེ་བ་དང་སྟོན་ལམ་ཡོད།

ས་རྩ་བོད་ཀྱི་མཐོ་སྒྲོབ་ཁང་གི་སྒྲོབ་ཁྱིེ་པ་རྩ་དྲུག་རྩེ་ནས། ༢༠༠༧/༡༣/༢༩

ཕྱི་ལོ་ལྷན་པའི་གཏམ།

འཛམ་གླིང་གྱི་འགྲོས་དང་མ་རྒྱུད་ས་པར་བསྐྱལ་བ་ནས་འཛིན་མའི་དབྱིབས་དོད་ཅིང་། རིམ་པས་བསལ་ལྡན་ཁ་བའི་མུ་ཁྱུད་
 གྱིས་ལེགས་པར་བཅིངས་པའི་ཆོས་ལྡན་གྱི་ཡུལ་ལ། རྒྱལ་བའི་མུ་གུ་དུ་མའི་རྣམ་སྤྱུལ་ཟམ་མི་ཆད་པར་ཤོན་པ་ལས། ཁྱད་པར་
 ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་གྱི་གསང་གསུམ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མངལ་རྩོལ་ས་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་པོའི་ལོ་ཤར་མཁས་གྲུབ་རྣམས་
 ཀྱི་མད་བྱུང་བུགས་བསྐྱེད་དང་། མྱིང་རྩོལ་ས་ཀྱིས་བསྐྱུན་པའི་ཆོས་རིག་གསེར་གྱི་ས་པོན་ཤིས་བྱུང་མཁས་གྲུབ་རྣམ་མཁའི་སྐར་
 ཆོག་ས་ལ་ཙཱ་འའིར་ཤོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དར་ཞིང་རྒྱས་པ་མང་དོ།།

དེ་དག་ལས་འགའ་ཞིག་གིས་རང་གི་ལུས་སྟོག་ཡོངས་སྟོན་དང་བཅས་པར་སྟོས་པ་རྒྱལ་བུན་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ཆོས་རིག་སྤང་
སྟོབ་ཀྱི་སྤང་ཞལ་འདེབས་སུ་མཛད་པ་དང་བཟང་གིས་མི་ལངས་པ་བྱུང་ཡོད། དཔེར་ན། རྩ་ཡུང་དཔལ་རྩོར་གྱིས་རང་ཉིད་འདུལ་
པའི་བཅས་བྲིམས་ལས་འདས་པ་དང་། ལན་གཅིག་རྟེན་པའི་ལུས་རྟེན་འདི་ཡང་སྟོས་པ་དང་སྟེ་ཆོས་རིག་གི་སྟོན་མེ་རྩལ་པའི་ཀླུ་པ་
པོ་ཞིག་རྩུང་ཅན་བསྐལ་བ་དང་། པ་སྟན་པ་ཕྱི་དར་སྐབས། རྩ་བུ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་གྱིས་འཕགས་པའི་ཡུལ་ནས་སྟེས་མ་ཆོག་ཀྱི་
པམ་ཀར་ཕྱི་རྩྭ་ན (རོ་པོ་རྩོ་) གདན་འདེན་པའི་སྤང་དུ། གར་ལོག་གི་བཙན་མཁར་དུ་སྤྱ་ཆེའི་འདུ་བྱེད་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ར་དགུ་ཡོར་ཡོ་རྒྱས་ཀྱི་མོད་ཆགས་ཉམ་ར་པའི་ནང་། ར་ཆོར་སྒྲིབ་དུ་རེ་བ་ཆོས་རིག་འདི་ཁོ་ན་ལས་མ་བྱུང་ཞིང་། འདིས་
རེད་ཅག་བརྒྱས་མེད་པར་འར་མ་སྒྲིབ་གི་གར་ཉེགས་སུ་བྱངས་ཡོད།

ལྷ་པོ་གསལ་པ་རྣམས་ཚན་ཅུལ་གྱི་པ་མཐར་མིན་ཏེ་གྲིང་ཆེན་གཞན་དུ་འང་ཐོགས་མེད་དུ་རྒྱ་པ་ཡིན་མོད། རང་བསམ་པ་འི་
 བདེ་སྲིད་སྙད་ཀྱིས་བཅོམ་པ་འི་མེ་ཏོག་བཞིན་གྱུར་དང་འགྱུར་བཞིན་པ་འི་གནས་སྤངས་འོག་སྤྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ཇི་ཙམ་སྤྱིན་
 པ་དེ་ཙམ་གྱིས་རང་ཉིད་དཔལ་འབྱོར་གྱི་བྲན་པོར་གྱུར་ཏེ་མི་དང་མིའི་དབར་ལ་བཅོས་མའི་འཇུག་ཙམ་ལས། དོན་དམ་གྱི་བརྩེ་
 བ་དང་ཡིད་ཆེས་རྣམ་མཁའི་མེ་ཏོག་གི་མཆེད་སྒར་འགྱུར་བཞིན་པར་བརྟེན། རྣམ་དཔྱད་དང་ལྡན་པ་འི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་གཟུར་
 གནས་སྒྲུབ་པོ་མང་པོས། རེད་ཅག་གི་པ་མེས་དྲིན་ཆེན་གྱིས་བཞག་པ་འི་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པ་འི་དྲི་བུལ་དམ་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་འི་
 རིག་གཞུང་འདི་ཉིད་ཀྱིས། གང་ཟག་ཤེ་རེའི་སེམས་ལ་བདེ་སྲིད་འབྱུང་བ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། དམག་འབྲུག་གི་ཡོ་ལངས་ཤོད་པ་འི་
 འཛམ་གླིང་འདི། ཞི་བདེར་བསྐྱུན་པ་འི་ཆ་རྒྱུན་སྲིད་ན་པངས་པ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་གྱིས་རང་རེའི་རིག་གཞུང་འདིར་དོ་སྣང་དང་།
 སློབ་གཉེར་བྱེད་མི་ཆར་རྒྱས་ཀྱི་ཐུ་གུ་བཞིན་འཕེལ་བཞིན་མཆིས། དེང་གི་ཆར་སློང་གསུམ་ཡུལ་གྱི་ཀྱན་དུ་མིག་སློང་ལྡན་པས་
 འབད་དེ་བཙལ་ཡང་དོ་སྒྲར་རྟེན་དུ་བུལ་བ། ལྷར་བཅས་སྲིད་ཞིའི་མགོན་དཔུང་མཚུངས་སྒྲམ་མཆིས་པ་ཡ་སྟེན་པ་ཡཤོང་ས་ཡ་རྒྱལ་
 བའི་དབང་པོའི་ཐུགས་རྗེ་ལས། རང་ས་སྐར་མཐེལ་ཙམ་ཡང་མེད་པ་འི་བཅན་བྱེད་པའི་ཡུལ་གྱི་འདིར། རང་རེའི་ཆོས་རིག་
 ཐོག་སློབ་གཉེར་གྱི་ཉེ་གནས། གདན་ས་གསུམ་གྱིས་གཙོས། གཞུང་སྐར་གྱི་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་མ་ཡོད་ལ། དེ་དག་ལས་རང་
 རེའི་ཆོས་རིག་ཐོག་སྐྱེན་པའི་ཤེས་ཡོན་ཙན་མང་དག་ཐོན་དང་འཐོན་བཞིན་པ་དག་འཁོར་སུ་མཆིས་ཀྱང་། དེ་ཙམ་ལ་ཡིད་ཆོམས་
 ཀྱི་ལྷ་བས་ཁངས་པར་བུས་ཏེ་བསྐྱེད་ན་འགྲིག་ཐབས་རྩ་བ་ནས་མེད་གཤིས། ཡ་རྒྱལ་བ་དོན་གྱི་བདག་པོའི་བསྐྱེད་དགོངས་བཞེད་

འོག་རིགས་སློབ་དབྱ་དགེ་དམ་པ་སློབ་ཟུང་ཆུ་མཆོ་མཆོག་གིས་ངལ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁྱད་དུ་བསད་དེ་འགྲོ་བྱོན་ཐབས་འཛོལ་གྱིས་
༡༩༩༧ལོ་ནས་ས་རྒྱ་སློབ་གྲྭ་འདི་བཞིན་འདུགས་སྒྱུན་གྱི་དབྱ་འདུགས་གནང་བ་དང་འབྲེལ། ཞོར་དུ་བོད་ཡིག་ཐོག་རིག་གནས་
རབ་འབྲུམས་པའི་ཕྱག་ཁྱེར་གསོལ་སྒྱུ་ལ་གྱིས་ཆད་ཇུན་སློབ་བྱུ་མ་སྦྱེད་སྤང་མཛད་པ་དག་གིས་ད་ཆ་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་ཞབས་འདེགས་
བསྐྱབས་དང་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད།

༡༩༩༩ལོར་ཨར་ལས་ལེགས་པར་གྲུབ་ཏེ་ཨོང་ས་མཆོག་གདན་ཞུས་གྱིས་གཞུང་འབྲེལ་དབྱ་འབྲེད་དང་། ༢༠༠༡ཕྱི་ཟླ་༤པའི
ཆེས་མཁོ་བོད་གཞུང་གིས་རིག་ལས་ཁྲུངས་གྱིས་དངོས་སུ་གཞུང་འབྲེལ་ངོས་བཞེས་ཐོག་བོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་ཁང་། །
ཞེས་མིང་བསྐྱར་གནང་བའི་མཛད་སྒྲོ་བ་རྒྱས་བསྐྱངས་པ་མ་ཟད། སྐབས་དང་བོའི་མཐོ་རིམ་རིག་གནས་འཛིན་གྲྭ་ལེགས་ཐོན་
བྱུང་བ་སོགས། མདོར་ན་ད་ལྟོ་ཆར་སློབ་གྲྭ་འདིར་སློབ་མཉེས་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་ཅིང་། མཐོ་རིམ་རིག་གནས་སྐབས་གཉིས་
པ་དང་གསུམ་པ། མཆོམས་སྒྱུར་འཛིན་གྲྭ་ ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དུ་གནས་པའི་སྐུན་ཆུ་རྒྱམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དམའ་རིམ་དགེ་འོས་
འཛིན་གྲྭ་གཉིས་དང་། འདི་ལོ་ནས་གེས་རིག་ལས་ཁྲུངས་དང་བྱུང་འབྲེལ་ཐོག་སྤྱི་ཚོགས་སྤེང་གི་འཛིན་རིམ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱག་
འཁྱེར་ཡོད་པ་རྒྱམས་ལ་དམིགས་ཏེ་བོད་ཡིག་ཐོག་ཡིག་འབྲེལ་ལམ་ནས་(C.C)རྒྱགས་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་གསར་བཞིག་གི་
སྤེང་འགྲོ་སྐུས་ཡིན། དེ་མིན་སྤྱི་ཚོགས་ནང་བོད་ཡིག་སྤྱང་འདོད་ཡོད་པ་རྒྱམས་ལ་ཆེད་དམིགས་གྱིས། སློབ་ཡོན་བསྐྱབ་བཞེས་
ཐོག་ཟུར་སྤྱོད་བ་ཞེས་པའི་སྤྱི་ཁག་ཅིག་ཀྱང་ཡོད། ད་དུང་རྒྱགས་མཐའ་ཁག་ནས་ཐེབས་པའི་དགེ་ཆ་ནན་འོས་སྤྱོད་དང་། ལས་
བྱེད་འོས་སྤྱོད་རྒྱམས་ལ་སྐབས་ངེས་མེད་དུ་ཞབས་ཕྱི་སྐྱབ་བཞིན་པ་སོགས། མདོར་ན་སློབ་སྤྱིང་འདི་བཞིན་རང་འདི་སྤྱི་ཚོགས་
ཁྱོད་རིག་གཞུང་གི་ཞེ་གནས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

དེ་འབྲེལ་སྐབས་སུ་བབས་པའི་ང་ཆོའི་དུས་དེབ་ཉག་གྱི་བཅད་སྒྲ་ཉི་འདི་ཡང་། སློབ་མའི་ངོས་ནས་སློབ་སྦྱི་པ་སྒྲ་དོན་མཆོག་
ལ་དགོངས་སྒྲར་ཞུས་པར། དཀྱིས་བཙུ་ཆོན་པོས་ང་ཆོའི་རུས་པས་སྒྲོགས་ན་ལོ་རེར་དུས་དེབ་གཉིས་རེའི་འགྲོ་བྱོན་ནར་མར་
གཏོང་གནང་མཛད་རྒྱུར་བཞེན། དུས་དེབ་འདི་བཞིན་རྒྱ་ཆེའི་སྒྲོག་པ་པོ་རྒྱམས་ཀྱི་སྐུན་ལམ་དུ་འདྲན་བྱུང་བ་ལགས་ན།
ལག་བྱུང་ཐལ་མོ་སྒྱུར་ཏེ་བྲགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་བ་ཡིན། དེ་མཚུངས་དུང་ཡིག་ནན་པ་སངས་ལགས་དང་། སྒྲོག་ཁྱད་ཀྱི་ཆན་ཕུན་ཚོགས་
ལགས། རི་མོའི་ཆན་བསོད་དོན་བཅས་ཀྱིས་སྒྲོག་ཁྱད་ནང་མ་དཔེ་གསར་འདུག དེབ་གཞི་དུས་འགོད་སོགས་ལ་བླ་ན་མ་མཆིས་
པའི་དགོངས་འཆར་རོགས་སྒྱུར་གནང་བར་སྙིང་དབུས་ནས་བྲགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཚིམ་དགེ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྐྱབས་
མཆོག་གིས་ཚིམ་སྒྲིག་ཐབས་ལམ་སོགས་སྤྱི་ཉི་ལྱན་དུ་གཟིགས་པ་ཆེ་བར་འདུད་ཅིང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ། ད་དུང་གིས་བྱའི་འཐབ་
ཁྲོགས་གཅིག་པ་དཔལ་འཕྱོར་ལགས་ཀྱིས་གཙོས། ང་ཆོར་མ་དཔེ་འདུག་པ་སོགས་གང་ཅིར་རྒྱབ་སྐྱོར་མཛད་མཁན་སློབ་ཁྲོགས་
རྒྱམས་ལའང་གོ་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་བྲགས་རྗེ་ལན་བརྒྱར་ཞུ་འོ།

མཁྱེན་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ང་ཆོ་ཚིམ་སྒྲིག་པ་རྒྱམས་སློབ་གཉེར་བ་ག་ལྷག་ཡིན་པ་དང་། སྤྱིས་སྤྱངས་ཀྱི་ལང་ཆོ་གིན་དུ་གཞོན་
རྒྱུ། དུས་དེབ་འདིའི་ནང་སྒྲོན་དང་ནོར་འབྲུལ་མི་ཉུང་བཞིག་འབྱུང་ངེས་པས། རྒྱ་ཆེའི་སྒྲོག་པ་པོ་རྒྱམས་ཀྱིས་དགོངས་འཆར་
ལྷག་སྤྱོད་ཡོང་བ་མཁྱེན། མཁྱེན།།

ཚིམ་སྒྲིག་པས།

བོད་རྒྱལ་ཡོ། ༡༩༣༩ ཟ࿳་ཡོ། ༣༠༠༡

གཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས།

སྤྱི་འདོན་ཐོངས་དང་པོ།

ཡགོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་སློབ། (ཡོ་རོབ་གྲོས་ཆོག་ས་རྒྱལ་འཛོམས་ཐོག་བསྐྱེད་པའི་བཀའ་སློབ་ལས་ཟུར་འདོན་ཞུས།)



དཀར་ཆག

སྤྱི་ཚུལ་དོན་ཚིག་འཛུགས་བཅུད།

ཆོག་ས་འདུ་ཞིག་གི་ཚུངས་ཐེངས་.....	དགེ་འདུན་དོན་ཡོད།	༡
ཟུར་མིག་འོག་གི་འཛིག་རྟེན།.....	དབུས་སྤྱུག་ཆེ་རིང་།	༢
ཁྲག་དོན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་བརྟེ་འདད་གི་ཕམ་ཁ།.....	སློབ་ཐབས་རབ་རྒྱས།	༡༡
ཁྱེ་བ་ལས་འབྲས་པའི་བརྟེ་གདུང་།.....	ཆེ་མཆོག་དེ་མེ།	༡༧
སྒྲོ་མོ་གཅིག་གི་འབྲེལ་འདྲིས།.....	དབོ་ཤོད་ཆོག་ཡང་།	༣༧



སྒྲོ་མོ་དང་གསལ་འབྲེལ་ཆུ་རྒྱུ་ལས་སྤྱུག་སྤྱུག་

ངར་སྐད་གསལ་པའི་འབྲོད་སྤྱ།.....	དཔལ་ལྷན་དེ་མེ།	༣༠
པམ་ཆེན་ལགས།.....	ཆེ་མཆོག་དེ་མེ།	༣༣
སྤྱི་བའི་མིག་ཁུ།.....	དགེ་འདུན་དོན་ཡོད།	༣༩
ཁྲ་སེམ་པའི་མཐོ་སྤྱ།.....	རྟ་མགྲིན་ཆོས་མཆོ།	༣༩
སྤྱི་ཚུལ་གྱི་སེམས་པ་དམར་པོ།.....	ཐང་དོན།	༣༥
གཞན་སྤྱུ་ཡིད་ཀྱི་ཤོན།.....	ཡོ་རྒྱུ་ཆེ་འཕེལ།	༣༦
ངས་དོན་གྱི་སྤྱི་སྤྱ།.....	སྤྱི་ཟུར་དག་དབང་ཆོས་འཕེལ།	༣༩

དགོན་པ་རྒྱ་མཚོ་ལྷོ་མེ།.....	དབུས་ཕུག་ཆེ་མིང་།	༡༧
རྒྱ་མཚོ་གི་བཤེས་གཞན་ལ་ཕུལ་བ།.....	བདེ་སྤྱད་ཆོས་འཛོམས།	༤༩
རྟོགས་བརྟུན་གྱི་ཀླུ་མ་ལྷོ་མེ།.....	དག་དབང་རྟོ་མེ།	༤༩
ཤེས་ལོན་གྱི་ཀླུ་འཛོམས།.....	ཆེ་མིང་མགོན་པོ།	༤༦
ལ་མ་དྲན་བྱུང་།.....	འཇམ་དབང་ས།	༤༧
བསྟོན་ཆོག་བྱུང་བའི་མགོན་དབང་ས།.....	སྐུ་མོ་སྤྱད།	༤༩
གངས་ཅན་གྱི་ཀློན་མེ།.....	ཕུར་ཕུ་སྤྱོད་ལ་མ།	༤༧
རང་ལུལ་བཅན་འཕྲོག་གི་དྲན་གསུང་།.....	དགོན་མཆོག་ཆེ་བཟན།	༥༠
བའི་སྤྱིང་དབུས་ཀྱི་ཟླ་གཞོན།.....	རྟོ་མགོན་དབང་ཀླུ་ལ།	༥༠
གནའ་དེར་གི་གངས་ཅན།.....	ཐུབ་བཟན་དཔལ་སྤྱོད།	༥༡
བསྟོན་ཆོག་འབྲུག་ཟླ།.....	བཟན་པ་ཕུན་ཆོགས།	༥༤
བཟུང་བ།.....	བུམས་པ་ཆོས་སྤྱོད།	༥༤
སྟེང་ཟླ།.....	ཆེ་མིང་ཟླ་བ།	༥༥
སྟན་ཆོག་ཁག་གསུམ།.....	བསྟོན་ནམས་དཔལ་སྤྱོད།	༥༦
བཅོས་མིན་གྱི་སྤྱིང་གསུང་།.....	དག་བཟན།	༥༦
རེ་རྒྱུ།.....	རྟོན་པ་རྟོ་མེ་བྱ།	༥༧



ཆེད་ཚུལ་སྤྱད་ཚུའི་རྒྱལ་པོ་མེས།

པོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་ཚུལ་ཚུམ་རིག་གི་མ་ལག་སྟན་དག་	
འཕེལ་འབྱུང་གི་བརྒྱུད་རིམ་རགས་ཅམ་སྟེང་བ།.....	སྟོ་བཟང་རབ་རྒྱས།
རིག་གཞུང་གི་གནས་རིམ་དང་། མཐོ་རྒྱལ་ཞི་མི་རིགས་དེའི་རིག་	
ཚུལ་གྱི་མཐོ་ཆེད་དཔགས་པའི་མེ་ལོང་ཡིན།.....	སྟོ་ཆུང་ཆེད་དོན་ཀྱུ་ལ་ཞུ་དཔ།

པོད་ཀྱི་ཆོས་མྱོད་ཀྱི་འབྲེལ་བར་དབྱེད་པའི་གདམས་

ལྟག་བསམ་དྲུང་།.....ཁྱལ་མཚན་རྩོགས་ལ།

༤༥

པོད་རྒྱུད་ཡིག་གི་རྩོད་རྒྱུང་རྩོར་གྱི་བསམ་ཚུལ་རགས་

ཅམ་སྒྲིང་བ་ལྟག་བསམ་འེ་མའི་རང་མདངས།.....གཅན་བཟོད་ཁྱལ།

༥༡



རྒྱལ་ཅོམ་ཅོང་ཁྱའི་བཞུར་རྒྱལ།

མེད་མེད་ཀྱི་བཅོན་པ་ཁྱུ་ཆོགས།.....སྤྱུང་ཆང་དོན་གྲུབ་རྩོད་།

༡༩

བཅོན་མ་ཞིག་གི་ཐོབ་བྱུང་ཉམས་སྒྲིང་།.....ཁྱལ་མཚན་རྩོགས་

༡༦

རྩོང་འཆར་གྱི་བཙེ་གདུང་།.....བརྩན་འཛིན་འབྲུག་ཁྱལ།

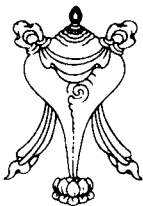
༡༡

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འདར་རྒྱལ་སྒྱུར་མོ།.....ཆོད་རྩ།

༡༧

བསེལ་ཟེར་འོག་གི་དྲན་གསོ།.....ཆོ་འིང་རྒྱ་བ།

༧༠



སྒྱུར་ཅོམ་རྩོ་ཁྱའི་གར་རྩལ་ས།

གནའ་ལྷ་མོའི་དུས་ཤིག་.....སྐལ་ལྷན།

༧༡

ལྟན་མེད་ཀྱི་བཙེ་གདུང་།.....དཔེ་བོད་ཆོ་གཡང་།

༧༣

འཛམ་གླིང་ཁྱལ་གྲུར་ཅིག་.....འཆི་མེད་རྩོལ་དཀར་།

༧༣

གཤིན་པོའི་བདེ་བྱལ།.....ཕུར་བུ་དོན་གྲུབ།

༧༣

ཀོང་འི་མི་དང་དེའི་དཔོན་རིགས།.....རྩ་མ་གྲིན་དབང་ཁྱལ།

༧༥

ལེགས་ཆ་ཐམས་ཅད་ང་ལ་དགོས།.....དོན་གྲུབ་དེ་རྩེ།

༧༧



གཞན་ཆོག་ཡར་ཆབ་རྩལ་དབྱངས།

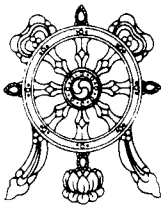
རྒྱལ་མ།.....	འཛིན་པ་བསྟན་འཛིན་སྐལ་བཟང་།	༡༠༡
མིང་གི་འཕར་ཟུ།.....	བསམ་མཁར་བ།	༡༠༡



སྒྲུ་ཆོག་སྐུ་ཁྱེ་བདུད་ཅི།

ཅོམ་སྒྲིག་ཆོག་སྐུ་ཁྱེ་གིས་བདུས།

མཉམ་འབྲེལ་བྱེད་ཆོག་སྐུ་ཁྱེ་བ།.....	༡༠༥
མིའི་ལྷན་པའི་གསར་བ།.....	༡༠༥
བྱིས་པ་སློབ་གསོ་བྱེད་ཐབས་ཁག་བརྒྱུ།.....	༡༠༩
མཉམ་མ་རིང་མོས་ཀྱི་བྱ་ལོ།.....	༡༠༧
རྒྱལ་གྱིས་སྐྱོ་བརྒྱུ་བཤ།.....	༡༡༡



མཆོར་གཏམ་བསང་ཁྱེ་དགོད་སྒྲ།

བརྒྱ་ཆ་པའི་ཁྱེ་བ།.....	ཕུན་ཆོག་སྐུ་ཁྱེ་བ།	༥༡
མི་ལམ་གྱི་དཀར་འཕ་སེལ་བ།.....	ཕུན་ཆོག་སྐུ་ཁྱེ་བ།	༩༡
གང་ཟག་རེད།.....	འཇམ་དཔལ།	༡༠༩
གཞན་གཏོང་བ།	བྱོད་ཁོག་ནང་ཅི་ཅི་བྱེད་སྐུ་ཁྱེ་བ།.....	ཁང་གསར་པ་སངས་དང་སྒྲུ་མཆོམས།

ཆོགས་འདུ་ཞིག་

གི་ཚུང་སྒྲེང་།

དགེ་འདུན་དོན་ཡོད།

(རིག་གནས་ཀ་པ།)



གར་སྤྱགས་ཀྱི་མཁའ་མཐའ་ནས་ཞོགས་པའི་སྐུ་རེངས་གསལ་ཞིང་། ཀ་བཞུར་སྡེ་བའི་བྲིམ་ཆང་ཁ་གསལ་གྱི་དུ་ཁྲང་ལས་དུ་བ་སྡོམ་ཞོག་དུ་འཕུར། རྒྱག་ཆུ་པར་སྤྱགས་ཀྱི་ཁ་ཆེ་སྡེ་བའི་ཆུ་ཁང་ཞིག་དུ་དག་ཆུ་ཕྱུང་ཆོས་འདོན་པའི་སྐད་སྒྲ་བསྒྲགས་པ་ན། སྤྱགས་སྤྱགས་ནས་སྒྲོག་སྡེ་ཡུང་ཁོག་དེར་སྐྱུ་ཡིས་ཁེངས། སྡེ་བའི་མདུན་ཆུ་བྱི་རི་རྒྱད་རྣམས་སྒྲོག་སྐྱུ་གྲོན་པ་བཞིན་སྐྱུ་ཐིང་དེར་འདུག་ལ། དྲངས་གཙང་གི་རྒྱ་རྒྱན་ཆ་བརྩོམ་གྱི་གར་ཁང་དུ་འཁྲུན་སྐྱོག་བཞིན་བར་མེད་དུ་བཞུར། རྣམ་མཁའ་གལ་འདག་ཅིང་སྒྲིན་དཀར་ཆོམ་བྱ་ལྷག་དང་སྒྲང་ཆེན་གྱི་དབྱིབས་འདྲ་བ་བར་སྒྲང་དུ་དལ་བྱར་རྒྱ།

བྲིམ་ཆང་སོ་སོའི་སྒྲོ་ཕྱགས་སྡེ་འདབས་ཀྱི་ཞིང་བར་དང་རི་འགོར་བཏང་ཞིང་། ཡུལ་མི་ཆོས་ནངས་ཇ་བཏུང་སྡེ་ཅང་མ་འགོར་བར། སྡེ་བའི་མ་ཁེངས་དུ་བསང་དུ་མཁའ་རུ་འཕུར་ཞིང་ཁང་བའི་སྒྲང་དུ་མི་ཞིག་གིས་དྲང་དཀར་ཅག་འཕུད་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པས། རྣམ་རྒྱན་དང་མི་འདྲ་བར་སྡེ་བའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ལས་བྱེད་པ་དང་སྐྱེས་ལོ་མོ་རྣམས་གཞིན་ཆང་མ་མ་ཁེ་ཁང་དུ་འགྲོ། ལོ་ལོན་རྣམས་ཀྱང་ལག་རྟེན་ལ་ཁན་ནས་ཡོང་ཡོད་པ་ལ་བརྩས་ན་བྱ་བ་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲ། མི་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་འཛོམས་པ་ན་རྒྱག་གསལ་སྤྱོད་འཕངས་པ་

ཆུར་མ་ཁེ་ཁང་དུ་བྱར་སྐྱས་ཁེངས། མ་གཞི་ཆོགས་འདུ་འདི་ནི་ཉིན་ཁ་གསལ་གྱི་སྡོན་དུ་ལོ་ལོན་དང་སྡེ་དཔོན་རྣམས་སྐྱུ་ལོ་ཆང་གིས་མདུན་དུ་བོས་ཏེ་མཆོད་རྟེན་ཞིག་བཞེངས་ཆུང་སྐྱོར་སྐྱོར་བཞེ་རེད།

“སྐྱུ་ལོ་ཆང་གིས་ང་ཆོ་སྡེ་བ་འདིའི་མཐའ་བསྐྱར་དུ་རྒྱ་དང་ཁ་ཆེས་བཀའ་ཞིང་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པ་དང་སྒྲོ་བ་སྒྲོང་བྱེད་ཡུལ་རྒྱུ་ཆུང་སྒྲོ་བ་བྱ་ཡིན་པས་གཞིན་སྐྱེས་རྣམས་ཀྱི་ཤོད་ཡིག་མི་ཤེས་པ་དང་། མང་ཆེ་ཤོས་ཀྱིས་ཤོད་སྐད་ཀྱང་གཙང་མ་རྒྱག་མ་ཤེས་པར་རྒྱ་སྐད་བཤད་ཀྱི་ཡོད་སྐབས། ང་མ་ཤི་བ་དང་ནད་པོ་ཆོའི་མི་ཐོག་འདི་མ་རྡོགས་བར་དུ་མི་རབས་རྗེས་མར་རང་ཉིད་ཤོད་ཡིན་པ་བྲན་གསོ་བའི་ཕྱིར་དུ་མཆོད་རྟེན་ཞིག་བཞེངས་མ་ཐུབ་ཆེ་ཤོད་རིགས་ཡིན་པའང་མི་ཤེས་པ་མ་ཟད། ས་འདིར་ཆོས་སྐད་རྣ་ཡིས་མི་གོ་བའི་རྒྱ་སྡེ་ཞིག་དུ་འགྱུར་རྒྱ་རེད། དེ་དུས་ང་ཆོ—— ལོ་རྒྱས—— རྩེང་གི—— རྣག་ཅན——”ཅེས་གསུངས་མ་ཐུབ་པར་སྐྱན་ཆུང་བ་བཞིལ་ཞིང་ཡུན་རིང་དུ་ལུས། ནད་པོ་རྣམས་དང་སྡེ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་མིག་རྒྱ་དབང་མེད་དུ་བཞུར། རྒྱང་ཅམ་འགོར་རྗེས་“ངས་དེ་རིང་ཁྱོད་ཆོ་འདི་རུ་འཕོད་དོན་དེ་ཡིན། རྣམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྡེ་མི་ལ་སྐྱུ་ལོ་ཆང་བྱས་ཏེ་སྡེ་དཔོན་གྱིས་འགན་འཁུར་ནས་བཞེངས་

རོགས། ང་རང་གྱ་རྒྱུད་ཡིན་པས་མང་པོ་ཁག་གི་ལེན་དཀའ་
མོད། མཆོད་རྟེན་གྱི་གཟུངས་གཞུག་ཁ་ཆོད་དང་སྒྲོར་ཆེག་
བྱི་རྩ་སྒོར་ལྷག་ཞིག་ཞལ་འདེབས་སུ་འབྲུལ་གྱི་ཡིན། དེ་མིན་
གྱི་ལས་དོན་གང་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ང་རང་གི་བསྐྱུབ་བྱུབ་པ་ཞིག་
ཡིན་ན་གང་བྱུབ་བྱུབ་ཟེད།” ཅས་སྒྲུག་ལ་བྱག་པའི་གསུང་
སྐད་མང་པོ་བྱུང་། སྒྲིར་སྒྲུ་ལོ་ཆོད་ནི་བྱགས་གཤིས་འཇམ་
ཞིང་ཟང་ཟིང་དུ་མཉེས་པོ་མེད་ལ་བྱིམ་ཆོད་ཉམས་རྒྱུད་ཅི་འདྲ་
ཞིག་གིས་ཞུས་ཀྱང་ཕེབས་པས་ཡུལ་མི་རྣམས་དད་འདུན་གིན་
དུ་ཆེ། ལྷག་པར་དུ་ལོ་ལོན་རྣམས་མཛུབ་ལོ་གར་བསྐྱར་གར་
གྱི་དཔེ་བཞིན། སྒྲུ་ལོ་ཆོད་གིས་རྒྱགས་ཟེར་ན་དཔྱལ་བའི་འཕྲང་
དང་། རྒྱུབས་ཟེར་ན་ཨ་པའི་མགོ་ཡིན་པས་སྤྲོད་པོན་དང་བཅས་
པའི་ཁས་ལེན་དམ་བཅའ་བཞག་དེ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡིན།

མ་ཁི་ཁང་གི་ཁང་བའི་བྱུམས་སུ་གངན་དཀར་ཞིག་གི་སྒྲིང་
དུ་ལོ་ལོན་རྣམས་དང་རས་གངན་ཞིག་གི་སྒྲིང་ལས་ཟེད་རྣམས་
གལ་ལྟར་བསྐྱད་འདུག་ལ། ཡུལ་མི་རྣམས་གཡས་གཡོན་དུ་
མཉམ་རུབ་དུ་བསྐྱད་འདུག མི་དམངས་ཆོད་མ་འཛོམས་པ་
དང་མཉམ་དུ་སྤྲོད་པོན་ལོ་ལོན་རྣམས་ཀྱི་ཟུར་ཞིག་ནས་ཡར་
ལངས་དེ་“ཡ——། ད་ཆོད་མས་འུར་མ་རྒྱག་པར་ཁ་རོག་
དུ་འདུག་རོགས་” ཞེས་ཟེར་བ་ན་ཆོད་མ་དཔེ་ཅག་གེར་བྱུར།

དེ་ཕྱིར་འདིར་ཆོགས་དོན་སྒྲུ་ལོ་ཆོད་གིས་སྤྲོད་འདིར་མཆོད་
རྟེན་ཞིག་བཞེངས་དགོས་པའི་རྒྱུ་ལ་དང་བྱགས་དགོངས་སྒྲར་
ཆོགས་པ་ཡིན་སྐབས། ཆོད་མས་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་
ནས་མཆོད་རྟེན་ཆེ་རྒྱུད་དང་དདུལ་དངོས་སྤྱོདས་ལ་ཐབས་ཤེས་
གང་འདྲ་བུ་དགོས་མིན་གྱི་སྒྲིར་ལ་སྐད་ཆ་ཡོད་ན་ཁ་ཁོག་
པས་མ་གསང་། སྒྲོ་རྒྱ་མས་མ་སྒྲུམ་པར་རང་རང་གིས་བསམ་
རྒྱུ་རེ་བཞོན། མཛུག་མཐར་སྤྱོདས་བསྐྱོམས་བྱས་དེ་གྲོས་
ཐོག་གཅིག་དུ་འཛོག་རྒྱུ་ཡིན། ཐོག་མར་ལོ་ལོན་ཆོས་མཆོད་

རྟེན་བཞེངས་དགོས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་བཤད་རོགས་” ཅས་
ཟེར་དུས། ཆད་པོ་ཆོ་རྟོག་གིས་དབང་རྒྱུབས་ལ་ཤོད་ཟེར་ཞིང་།
དབང་རྒྱུབས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་ཞིག་ལ། དེ་ལྟར་གཅིག་གིས་
གཅིག་ལ་བཤད་བཤད་པའི་མཛུག་དུ་ཆད་པོ་ཀུན་ཤེས་ཀྱི་མགོར་
བབས།

ཆད་པོ་ཀུན་ཤེས་ནི་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་མཁན་ཞིག་མིན་ཡང་།
སྤྱི་ཆོགས་གསར་སྤོང་གཉིས་བརྒྱད་པའི་མི་ཉམས་ཚུང་ཅན་དང་
གནའ་ཐོས་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཁོའི་རྒྱ་བོད་ཡིག་རིགས་
དང་ཅིས་ཐབས་ཆག་ཅིག་ཤེས་པས་སྤོན་ཆད་ཞིང་ལས་བཅས་
སྒྲིར་སྐབས་སྤྲོད་པོན་དུ་བསྐྱད་ཚུང་བ་མ་ཟད། རྗེས་སུ་རྒྱ་ནག་
ནང་ཕྱིད་རྒྱས་འགྱུར་བ་སྤིན་ནས་གྱ་ཡངས་སུ་འགྲོ་སྐབས་རྗོང་
ས་ཞིང་དོད་མ་རྒྱུ་ནང་ལས་བགོས་བྱས་དེ་གཞུང་གི་ལས་ཟེད་
དུ་བྱུར། ལོ་ཁ་གས་གིག་གི་རྗེས་སུ་ཞིང་སའི་ཅོད་སྒྲོག་ཅིག་
གི་སྒྲིང་བུ་བ་བསྐྱུབས་པ་ནོར་འབྲུལ་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་
འབྲུར་ངལ་གསོ་སྤྱད་དེ་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་ ཁོར་བུ་བུ་མོ་གཉིས་
ཡོད་ལ། དུའི་མིང་ལ་དབང་རྒྱ་དང་བུ་མོའི་མིང་ལ་རྒྱ་རྒྱལ་འཛོ་
ཟེར། དུ་མོ་ལས་ཟེད་པ་ཞིག་གི་མཉམ་ལམ་མོང་ཞིང་། དུ་
རྗོང་སྤྱོད་འབྱེད་དུ་འགྲོ་གྱིན་ཡོད། ཡུལ་དུ་རྒྱུད་མ་རྩེ་མོ་དང་
ཁོ་གཉིས་མ་གཏོགས་མེད་ལ། བར་སྐབས་གིག་ལ་རྒྱུད་མར་
ཕོན་དུང་བས་ལས་ཟེད་སྐབས་བསགས་པའི་དདུལ་ཆོད་མས་
སྤན་བཅོས་བྱས་ཀྱང་དུག་བསྐྱེད་མ་བྱུང་བར་འདས་པས།
དུའང་སྤྱོད་གྲུར་འགྲོ་དུ་འདུག་མ་ཐུབ་པར་ཡུལ་དུ་འགྲུགས་
དགོས་བྱུང་། དེ་ནས་བཟུང་ཆད་པོ་ཀུན་ཤེས་ཁ་འདོན་དང་དགེ་
པའི་སྒྲོར་བ་ལ་བརྟེན་པ་ཞིག་དུ་བྱུར།

“ཡ——། ད་ང་རང་རྩ་རྒྱ་ཐོས་རྒྱ་ཞན་པས་མང་པོ་བཤད་
མི་ཤེས་རུང་འདི་རུངས་བཤད་ཁ་ཞིག་ཟེད་ཡ” ཟེར་ཞོར་ཅོག་
ཅོག་ཅིག་བྱས་དེ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ལས་འབྲོས་པའི་

གདམ་མང་པོ་ཞིག་བཤད་པ་མ་ཟད། རྒྱག་པར་དུ་བོད་ཀྱི་ཆོས་
 རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམས་གསུམ་གྱི་མིང་ལ་ས་འདི་རུ་བྱ་བོད་དམག་
 འབྲུག་བརྒྱུ་བ་སྟེ་བྱ་དམག་ཆམ་ལ་ཕབ་ཚུལ་བཤད་པས། ལ་
 ལས་“གནའ་བཤད་རུལ་བ་”ཟེར་ནས་རྒྱག་སྟེ་མ་འདོན་ལ། ལ་
 ལས་“ཁྱི་ལ་བ་བརྒྱུ་བ་ལེ། བོད་པ་དེ་འདྲའི་དཔའ་བོ་ཞིག་ཡིན་
 ན། དུས་རབས་འདིའི་འགོ་སྟོན་དུ་མ་ཕྱུ་རྒྱང་(ཟེ་མིང་གི་
 དཔོན་པོ་ཁ་ཆེ་མ་ཕྱུ་རྒྱང་) གིས་བོད་མི་ཁ་ཆེར་བསྐྱར། བསད་
 འཕྲོག་བཅོམ་གསུམ་བྱས་ཏེ་ཡུལ་མི་རང་ཡུལ་ནས་བསྐྱད་ནས་
 གཉའ་གནོན་སྒྲུལ་བཅོར་བཅོར་བྱེད་དུས་བོད་མི་རྣམས་གི་སྤོང་
 བྱི་མེན་ནམ་”ཞེས་འཕྲུ་དམོད་བྱེད་བཞིན་ཁོང་དགོད་ཅིག་བྱས་
 རས་བསྐྱད་འདུག་ལ། གཤམ་ར་རུ་བྱད་མེད་ཁ་ཅིག་གིས་སྒྲུང་
 མེད་དུ་བཞག་སྟེ་དཔ་ཆ་རྒྱག་ཚུལ་ལ་བརྩས་ན་མི་རྒྱ་མེད་དང་
 ན་མེད་མེད་ཀྱི་དཔེ་ལྟར་འདུག

ཡང་པོ་ཀུན་ཤེས་ཀྱིས་མུ་མཐུད་ནི་“ཡུལ་འདི་ལ་མཁས་
 པ་དང་དམ་པ་མང་པོ་ཕྱེད་པས་ཤིང་། རྒྱག་པར་དུ་ཉེ་བའི་དུས་
 ལ་པར་ཆེན་རྒྱང་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་པའི་བྱིན་
 རྒྱལ་བོད་མ་ཡལ་བར་ད་དུང་བཞུགས་ཁྱི་འདི་ན་བཞུགས་ནི་
 འདི་རེད་”ཟེར་བཞིན་ལག་པ་བརྒྱང་སྟེ་སྟོན་ཅམ་བྱས་ཤིང་།
 ཡང་པོ་ཆེ་རྩོད་ཡིང་ཆོམས་པའི་ཚུལ་གྱིས་མགོ་བོ་ནང་དུ་གྲག་
 གྲག་འགའ་བྱས་ཏེ་ཉན་འདུག

ཡང་པོ་ཀུན་ཤེས་ཀྱི་ཁ་ཕྱེ་རྣམས་པ་འདྲ། ར་དུ་བ་གང་འཐུང་
 རེས་“བར་སྐབས་ཤིག་ལ་རྒྱ་དང་ཁ་ཆེ་ཡི་ཁ་དར་ནས་བོད་པ་
 རྣམས་སྟོགས་སྟོགས་སུ་འཁོར་ཏེ། དེང་སྐབས་ང་ཆོ་གནས་
 རྣངས་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་སྐྱབས་ཡོད། ཕ་ཆོད་པོ་ལ་བྱ་ཁ་ཏ་རྒྱག་
 བཟན་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་ང་ཆོས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་
 ཕར་ཟད། ལམ་དང་ཡུགས་སྟོལ་སོགས་འགྱུར་ནས་མནའ་མ་
 ལེན་ན་རྒྱ་སྟེད་པ་འདི་རེད། རས་འདི་རུ་བརྒྱུ་བཤད་ཆོག་
 གི་རྩ་བ་དང་སྟོང་བསྐྱབས་འོ་མའི་མར་ལོ་ཅི་ཡིན་ཟེར་ན། རྒྱ་

ལོ་ཆང་གི་དགོངས་གཞི་ལྟར་དུ་མི་རབས་རེས་མ་དཔན་གསེལ་
 ཆེད་དུ་སྟེ་འདིར་མཆོད་རྟེན་ཞིག་བཞེངས་རྒྱུ་དེ་ཡིན། མཆོད་
 རྟེན་འདི་བཞེངས་ན་ལོ་ལོ་ན་རྣམས་སྟོར་བ་འགྲོ་ས་དང་གཞོན་
 རྒྱུས་ཀྱི་སེམས་ལ་བག་ཆགས་འདྲིལ་པར་ཕན་ཁིང་། རེས་མའི་
 རེས་མ་ཞིག་ལ་དགོས་མཁོ་ཆེ། དེང་སྐབས་ཀྱི་དུས་འདིར་རང་
 གི་རང་ལ་བདག་པོ་རྒྱག་པ་ལས། གཤམ་མ་བཅོར་ནས་ཁུ་བ་
 ཡིད་པེ་བཞིན་རེ་བས་ནང་དུ་ཡོང་རྒྱུ་མེད་པ་ཤིང་རང་གི་ལོ་ཆོད་
 འདི་རེད། དེར་བརྟེན། དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཡོད་མཁན་
 ལས་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལས་དོན་འདིའི་སྟེང་དུ་བསམ་པ་ཡེར་
 སེམས་དང་སྐད་པ་ཡེར་འཁེལ་གྱི་དཔེ་ལྟར་འགྲོ་སྟོང་དུ་གསུམ་
 ལ་བསམ་སྟོ་ཡག་པོ་གཏོང་རོགས།”ཞེས་བཤད་ཞོར་ནད་པོ་
 ཆོར་བརྩས་ནས་“དེ་རེད་ལ།”ཟེར་སྐབས། ཡང་པོ་ཆོ་ཁ་ཤས་
 ཀྱིས་“དེ་རེད་”ཟེར་ཁིང་། ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཡིན་པའི་བདར་མགོ་
 བོ་ནང་དུ་གྲག་གྲག་འགའ་བྱེད། ཡང་པོ་ཆེ་རྩོད་ཀྱིས་“ཀུན་
 ཤེས་ཀྱིས་བཤད་ནི་བདེན་པ་རེད། དེད་ཅག་ནད་པོ་ཆོ་མགོ་
 ལུ་གཤི་ལོག་ མིག་སྒྲུང་དམར་གྱི་ལོག་ནས་སྤོང་ན་རྒྱང་པས་
 མི་ཐོག་ ལས་ན་ལུས་ཀྱིས་མི་སྟོགས་པས། རྒྱ་ལོ་ཆང་གཙོ་
 བྱས་པའི་དེད་ཅག་ནན་ཆོན་རྣམས་ཀྱི་རེ་བ་དང་སྐད་ཆ་འདི་སྟེ་
 བགོས་བཅོས་ནས་ཡེར་མཆོད་མདུན་དུ་འདྲིལ་ན། བཞུགས་
 གཏོར་བཅོས་ནས་མར་ལ་འཕེན་ན་ཁྱོད་ཆོར་ཐུག་ཡོད། དེད་
 ཆོར་རེ་བ་བྱེད་ས་ཞིག་ཡོད་ན་ཁྱོད་ཆོར་ད།”ཅས་ཁ་སྟོན་ཤིང་
 ཐོག་དུ་གཟེར་བརྒྱུ་བ་ལ་རྒྱ་བཞིག་བྱས་པས། ཆང་མ་གྲགས་
 འགྲུལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་འདུག་ཚུལ་ལ་བརྩས་ན་ཡང་པོ་ཆེ་རྩོད་
 རྒྱ་ལོ་ཆང་གི་རྒྱ་སྟེན་དང་ཁྱིམ་ཆང་འབྱོར་ལུ་ཞུ་ཞིག་གི་ཡིན་པ་
 འདྲ།

ལས་བྱེད་གས་ཀྱི་པོ་གསར་པོ་སུམ་ཅུ་མ་སྐྱབས་ཅམ་ཞིག་
 གིས་“མཆོད་རྟེན་བཞེངས་ན་དུ་ལ་ག་ཆོད་དགོས་ཀྱི་
 འདུག”ཟེར་བར། “མཆོད་རྟེན་ཆེ་ཆུང་རམ་པ་ཞིག་བཞེངས་

ན་དུལ་སྒྲོར་ཁྱི་བདུན་བརྒྱད་འདྲ་པོ་ཞིག་འགྲོགས་འདུག་ཅེས་
སྒྲེ་དཔོན་གྱིས་ཐད་ཀར་ལན་བཏབ།

ཁོ་ཞི་མི་རིགས་ལས་དོན་སྒྲོར་ཐུག་ལས་གནང་སྟོང་པའི་མི་
ཉམས་སྟོང་ཅན་ཞིག་ཟེད། མིང་ལ་དཔལ་ལ་མགོན་ཟེད། ཁོ་
གཟུགས་པོ་རིང་ནའང་ག་སྐམ་ཁིང་མཁུར་རུས་འབྱར་དུ་སྟོན་
ཡོད་ལ། ཟུང་པའི་སྤང་གི་སྒྲུ་ཤུད་དེ་སྒྲི་ཐེར་ཡིན། གདོང་
ལ་ནམ་རྒྱུན་མིག་གེལ་ཞིག་གྲོན་ཡོད་པ་མ་ཟད་སྒྲོར་ཆིག་སྟོང་
ལས་མས་ཀྱི་ཀོ་ནག་གི་སྟོང་ཐུང་ཞིག་ཀྱང་གོན་འདུག སར་
བཞུས་ཆོད་ཀྱི་མི་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཟེར་བ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལོས་ཡིན་
བསམ་པ་ཞིག་འདུག་ནའང་། ཁོས་པོད་ཡིག་མི་ཤེས་ལ། མི་
རིགས་ཀྱི་ཞེན་ཁོག་དྲ་ཅང་ཆེ། སྒྲོང་ཆ་བཤད་སྐབས་བཤད་རིང་
དུ་བཅུག་སྟེ་སྟོ་ཐག་ཆོད་པོས་སེམས་ལ་གང་དུན་པ་དེ་དྲང་པོ་
དྲང་བཞག་གི་སྟོ་ནས་བཤད་ལ། ཐ་མག་མང་པོ་འཐེན་ཁིང་
བསམ་སྟོ་རྒྱུན་རིང་དུ་གདོང་བཞིག་ཡིན།

ཁོས་སྟོ་ཐུག་ལས་“དྲ་ཏ་མིན་”ཏྲགས་ཅན་གྱི་ཐ་མག་སྐམ་
ཅུང་ཞིག་སྒྲངས་དྲེ་ཤང་གཅིག་ཁ་ནང་དུ་བཅུགས་ཤིང་། མི་
བསྟོས་ནས་ཅུང་ཟད་རུབ་ཤིང་། “ཡ——། དངས་འདི་ནས་
བསམ་ཚུལ་འདྲ་བཤད་ན་གོང་གི་ཤད་པོ་དང་ཞིལ་གྱི་གཞིན་སྟེས་
ནམས་ཀྱི་བསམ་སྟོ་དང་མི་མཐུན་པ་ཡོད་ན་བཟོད་པ་སྟོམས།
ངས་སྟོན་མའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་དེ་མི་ཤེས་ལ། བཤད་ལས་ཀྱང་
ད་ཐོངས་ཀྱི་ལས་དོན་འདི་ལ་ཕན་པ་མི་འདུག ང་ཆོས་སྟོན་
མའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་སྒྲངས། ཉེས་ཆ་དོར་ནས་བྱ་བར་
ཞུགས་ན་མ་གཏོགས་བཤད་དེ་བཟང་ན་མ་འོངས་པ་ལ་ཕན་མི་
ཐུབ་ལ། མཆོད་རྟེན་འབྲུག་པའི་རྒྱུ་དུའང་འབྱར་དཀའ། གལ་
དྲེ་ང་ཆོས་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་པའི་དབང་དུ་བཏང་ནའང་མི་
རབས་ཤིང་མ་འདི་དག་མི་རིགས་གཞན་གྱི་དོ་ཤོར་མི་འབྱར་
བར་གནས་ཐུབ་རྒྱ་མ་ཟེད་པས་མ། དུས་རབས་ཀྱི་འགྲོས་དང་
བསྟུན་ནས་སྟོ་ཆོགས་འབྱར་འགྲོས་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མིའི་

བསམ་སྟོ་འང་འབྱར་འགྲོ་བས། མཆོད་རྟེན་སྟོང་ཡང་བསྐྱར་
རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཞིག་མི་ཡོང་པའི་ངེས་པ་མེད། འདས་
པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བསམ་སྟོ་ཐོངས་དང་། མི་ལོ་ཆིག་སྟོང་སྐུམ་
བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་བཞེངས་པའི་དགོན་པ་དང་། ལྷ་ཁང་། མཆོད་
རྟེན་ནམས་ལོ་ཁ་ཤས་ཞིག་གི་ནང་མེད་པར་བཟོས་ཆར་བ་ཟེད།
དེ་རྒྱུན་པས་ང་ཆོད་པོ་རྒྱ་རུ་འབྱར་བ་འདི་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་
དགོས་པའི་གནད་འགག་ཅིག་མིན། མ་འོངས་པར་དོ་བོ་གཞན་
དུ་འབྱར་མིན་དེ་ད་ལྟོ་ང་ཆོར་རག་ལས་ཡོད། དེ་ལས་ཀྱང་
གཞིན་སྟེས་ནམས་ཀྱིས་ཐུག་ལ་བབས་ཡོད་”ཅས་ཟེར་དུས།
ལས་ཤེད་ནམས་ངར་འདྲ་པོ་ཞིག་ཡངས་འདུག་ལ། ཁིང་
པའི་གཞིན་རྒྱ་ནམས་ཀྱིས་སྒྲོང་ཆའི་སྤང་པོ་མགོ་བར་ལས་ཤེད་
དང་ལོ་ལོན་ནམས་ཀྱི་གདོང་ལ་རིག་རིག་དུ་བཞུས་འདུག སར་
སྟོས་ཆོད་ཀྱི་ཁོ་ཆོས་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཆོད་ཟེད་བསམ་གྱི་
ཡོད་པའི་ཆོར་བཞིག་དང་། ཤད་པོ་ནམས་ཀྱི་ལྟ་ལོག་ཀན་གི་
ཡང་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་པ་ལ་གཤེགས་ཤེད་རྒྱ་ཟེད་ཅེས་བསམ་
གྱི་ཡོད་པའི་ཆོར་བཞིག་སྟེར་ཐུབ། ལོ་ལོན་ཁ་ཤས་གིག་དོ་
མདོག་དམར་པོ་ལྱར་དྲེ་ཆ་འབྲུང་ཤེད་ཀྱི་འདུག

ལས་ཤེད་དེས་ཐ་མག་དུབ་ཀྱིས་རུབ་དྲེ་མ་མཐུད་ནས། “ང་
ཆོད་པོ་བོ་གཞན་དུ་མི་འབྱར་བར་མུ་མཐུད་དེ་གནས་དགོས་ན།
མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོད་ཡིག་ལ་སྦྱང་དགོས། ང་ཆོས་མི་
རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོད་ཡིག་ལ་མ་སྦྱང་བར་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་
དྲེ་བཟང་ན་ཁ་སང་དེ་རིང་གི་མན་རུ་ལྟ་པའི་དོས་འཛིན་ས་མེད་
པ་ཞིག་དུ་མི་འབྱར་ངེས་པ་མེད། ང་ཆོས་སྟོར་བྱི་བརྒྱ་ལྷག་
བཅས་ནས་བྱི་གཅིག་གིས་ཁང་བཞིག་བརྒྱབ། གཞན་པ་ནམས་
དུལ་ཁང་དུ་བཞག་སྟེ་དེའི་སྟེང་ཀས་དགེ་ཆན་ཞིག་ལ་ཕོགས་
སྟེད་ནས་མཆོན་སྟོང་འཛིན་གྱི་འཇུགས་པའམ། ཡང་ན་སྟོབ་
ཅུང་ཞིག་བཅུགས་དྲེ་ཆོང་རིམ་པའི་སྟོབ་གསོ་རུ་(ཤེས་རིག་
ལས་ཁྲུངས་)དང་། འབྲེལ་ཡོད་ཁག་ལ་སྟན་ཞུ་ཐུབ་དེ་པོད་

ཡིག་སྒྲིབ་འབྲིང་དུ་འགྲོ་བའི་འཆར་གཞི་ཞིག་འཐེན་ན་ཡོགས།
 དེ་མིན་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་ནས་ང་ཚོའི་དོ་བོ་གཞན་མི་འགྲུར་
 པར་ཕན་ཐོགས་དཀའ་”ཞེས་སྒྲིབ་ཆ་མཇུག་མ་རྒྱུགས་པར་ཀད་
 པོ་ཆེ་དོར་ཁོང་ཁྱོས་སྒྲིབ་མ་ཟིང་ནས་ཁ་གཏུག་ལྟ་བུ་འདར་
 ཞིང་། སྒྲེ་ཁྱོང་ཁྱོང་ཞིག་བྱས་ཏེ་ཁ་ཆུ་འཕྲོ་བཞིན་དུ་“ཡ——
 གསར་བྱ། ཁ་སྒྲིམ་མེད་ནང་གི་ཆོག་ཆོད་མེད་ལྟ་ཡོག་སྒྲིབ་ཆ་
 དེ་འདྲ་མ་བཤད། སྒྲིབ་ཀྱི་ཁྱུང་དར་དང་། ཉེ་ཆར་ལྟ་མེད་
 སྒྲིབ་འི་ལྟ་བུ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་ཞི་དག་གིས་སྒྲིབ་ནས་བསྐྱབས་ཐབས་
 བྱས་ཀྱང་མ་ལྟས་པར་ས་ཁྲབ་རྩོད་བྱུང་དུ་དར་བའི་པ་མེས་ནས་
 བརྒྱད་པའི་ཆོས་ལུགས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་འགོག་བསམ་ཡང་། བོད་
 གངས་ཅན་གྱི་རུས་པའི་རྐང་དུ་བྱུག་པའི་ཆོས་འདི་ཁྱོད་འདྲ་མོས་
 འགོག་ཐུབ་བམ། ཁྱོད་རང་ལྟ་བུ་ཞིག་མ་སྒྲིབ་པ་བསམ་ཡོད་
 དམ། ཁྱོད་འདྲ་མོ་ཉག་ཉག་སྒྲིབ་ཡོད་ནི་རེད་ད། ཨ་ཤེས་
 གི་”སྐབས་དེར་ཀད་པོ་ཀྱན་ཤེས་ཀྱིས་ཁ་བཀག་སྟེ་“ཁྱོད་ཁ་
 རོག་དུ་རྒྱུད་དང་། ཁོ་རང་གིས་བསམ་ཚུལ་བཤད་པ་མ་གཏོགས་
 ང་ཚོའི་བྱ་བ་ཐག་བཅད་པ་མ་རེད་”ཟེར་བར། “འདི་ཆང་
 མ་སྟེ་མོ་བསྟན་ན་ཁྲུག་ལ་ཐིང་ཟེར་བ་ལྟར་ཁ་རོག་དུ་སྒྱུར་ན་
 ག་ལ་འགྲུག་”ཟེར་ཞོར་ཁ་རོག་དུ་བསྟར། མི་ཆོགས་ཀྱང་དལ་
 ཅག་གེར་འདུག་ལ། རྒྱ་བར་གོ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ནི་ཨ་ཁྲུ་ཆེ་དོར་ཁོང་
 ཁྱོད་དབྱགས་ཉལ་ཉལ་ལེན་པ་དེ་རེད། ཁོ་མི་གཤིས་རྒྱུད་ཁྱོང་
 ཞིང་སྒྲིབ་པ་མཐོང་ལ། དཔལ་འབྱོར་དང་མཐུན་ཆེན་གྱི་དཀའ་
 ངལ་མེད་པས་ནས་ཉམས་མེད། ལྷ་མ་དང་ཆོས་ལ་མི་དགའ་
 མཁན་རྣམས་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་དགག་པ་བྱེད། ལས་བྱེད་
 དཔལ་མགོན་གྱིས་ཅི་མི་སྒྲིམ་པར་ཡང་བསྐྱར་བ་མག་རྐང་ཞིག་
 ལ་མེ་བསྟོན་ཏེ་དུབ་ཀྱིས་འཐེན་བཞིན་འདུག

སྟེ་དཔོན་དེ་རྗེ་ཡིས་“འདི་བསམ་ཚུལ་བརྗེ་རེས་ཡིན་པས་
 ལྷ་མཐུད་དུ་བོད་”ཅེས་ཟེར་ཚུལ་ལ་བརྟུན་ན་རྒྱུར་བབས་པ་
 འདྲ།

དཔལ་མགོན་རང་ཉིད་ཀྱང་ཁོང་ཁྱོད་རྣམ་འགྱུར་ཅུང་ཟད་
 ཅམ་ཡང་མེད་པར་སྒྲར་ཡང་བསམ་ཚུལ་འགོ་སྐྱོང་བྱུང་“ང་
 རང་གིས་གོང་དུ་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ལ་ཡོག་མཐོང་བྱས་
 རས་བཤད་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན། པར་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་
 གིས་ཆོགས་འདུ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་བོད་སོག་ས་ཁྲུལ་གྱི་སྒྲིབ་ཆེ་
 བོས་གིག་ལ་དཔལ་འབྱོར་ཡག་པོ་བྱུང་སྟངས་ན་ལྟ་ཁང་དང་སྒྲ་
 མང་པོ་བཞེངས་པ་མ་གཏོགས། སྒྲིབ་ཆོགས་ལ་སྒྲན་པའི་བྱ་བ་
 རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་གཞན་གི་མེད། སྒྲིབ་ཆོགས་སྒྲན་པའི་བྱ་བ་གང་
 ཞིག་བྱེད་དགོས་ཟེར་ན། སྒྲིབ་གྲུ་དང་སྒྲན་ཁང་སོགས་འཇུགས་
 རྒྱ་ཞེས་གསུངས་འདུག ཀན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་པར་ཆེན་རིན་
 པོ་ཆེ་གནས་འདིར་ཐེབས་པ་རྩ་ཆེན་ཞིག་དུ་བརྩིས་ཏེ་ཁོང་གི་
 གསུང་མི་བརྩི་བ་བྱེད་ཀྱི་མ་རེད། དེར་བརྟེན། ང་ཚོས་ཕར་
 སྒྲིབ་ཆོགས་སྒྲང་ལ་བརྟུན་ན་གང་འདྲ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག
 བསམ་སྒྲིབ་ཞིག་བོངས་དང་།” ཟེར་ཞོར་དཔལ་མགོན་སྟོབས་
 པ་ཞིག་རྒྱས་ཏེ་ཡར་ལངས་གིང་། ཀད་པོ་ཆེ་དོར་གྱིས་མེན་
 མོ་ཟད་པའི་བར་ཕྱིང་བ་འདྲེན་ཞིང་ཁ་ཏོན་འདོན་བཞིན་ཁ་ཕར་
 དཀྱུས་ཏེ་བསྟར་འདུག་ལ། ཆོགས་མི་རྣམས་ཀྱིས་དཔལ་མགོན་
 ཀྱི་གདོང་ལ་ཅེར་ཞིང་། སལ་ཆེར་ཀད་པོ་ཆེ་དོར་གྱི་སྒྲིབ་ཆ་
 དེ་ཡིས་ཆང་མས་སྟེ་རུ་གཡེང་བའི་བསམ་སྒྲིབ་དེ་ཀད་དུ་བཀྱག་
 པ་འདྲ། ཆང་མས་དལ་ཅག་གེར་ཉན་འདུག

ཁོས་ལག་བརྒྱུད་བྱེད་ཞོར་ལྷ་མཐུད་དེ་“ང་ཚོའི་སྒྲིབ་ཆོགས་
 སྒྲིབ་དུ་སྒྲིལ་དང་། ཁྱོད་ཆོག་དུ་རུལ་བའི་གྲ་ཀན་སལ་ཆེར་
 ཞིག་ལ་སྒྲིལ་དང་། རྟོན་ཀ་འགྲུག་ལ་མར་བསྟོད་དང་རོང་ལ་
 འབྲུ་བསྟོད། (བསྟོད་རྟོམས་) དཀར་ཐིག་(ཞལ་འདེབས་) ཅེས་
 མི་དམངས་ལག་ནས་རྒྱལ་མེད་མང་པོ་ཞིག་སྒྲིབ་ཏེ་སོ་སོའི་ནང་
 ཆེན་དང་། འགྲོ་སྟེད་སྒྲིམ་འཁོར་ཉོ་བ་ལས་མི་དམངས་ལ་ཕན་
 ཐོགས་པའི་སྒྲན་ཁང་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་བརྒྱུད་ཡོད་པའི་གྲངས་ཀ་
 ཅན་ཞིག་བརྩི་རྒྱུ་ཡོད་དམ། དེ་མ་ཟད་སྒྲ་ཁ་གས་ཡོན་བདག་

མདུན་ནས་རྒྱུ་ཉམས་པ་སྒྲན་ཏེ་དུལ་མང་པོ་ཐོབ་ན་གྲོང་ཁྱིམ་
དུ་ཉལ་ནས་མིག་བརྒྱས་ངན་པ་དང་། མཚན་ལྡན་གྲུ་རྒྱམས་
ལ་ཡིད་ཆེས་བརྒྱག་ཤིང་། མི་རིགས་ཀྱིས་ཞབས་འདྲེན་པའི་
མི་དགོས་པའི་བྱ་བ་ག་འདྲ་ལས་ཀྱི་ཡོད། ལུས་ཡོངས་ལ་ཚུལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་དྲི་མ་ཕར་ཞོག་ ཆང་དང་ཐ་མག་གི་དྲི་མས་ཁྲབ་ན་འང་
ད་དྲང་གཟན་གམ་མི་སྤྲད་པར་ད་དྲང་མི་དམངས་ཀྱི་མགོ་སྐྱོར་
བ་ཉུང་ཉུང་མིན་ན་”ཞེས་སྐད་ཆའི་མཚམས་དེར་ཀླད་པོ་ཆོ་དོར་
གྱིས་སྒྲོ་བྱར་ཞིག་ལ། “གསར་བུ། ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱེད་ཁྱེད་ཀྱིས་ ཁྱོད་
རང་གིས་བཟའ་འགོ་ཁབ་སྤྲོད་། སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པ་སྤྱབ་པའི་
གྲུ་རྒྱམས་ཀྱི་སྒྲོན་བགྲང་རྒྱ་མ་བཟུང་ནི་ཞིག་རེད་”ཅས་ཟེར་
ཞོར་ཡར་ལངས། ཁོས་དེ་ལྟར་ཟེར་དོན་ནི་ལོ་གཅིག་གི་སྒྲོན་
ལ་དཔལ་མགོན་དང་ཁོའི་ཆུང་མ་གཉིས་བྱ་བ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་
གི་ཆེད་དུ་ཁ་ཕྱོད་མོར་ཏེ། ཆུང་མ་ལ་དྲུང་བ་ན། ཆུང་མས་
ངོ་ལན་བསྒྲགས་ཏེ་སེན་འདྲེད་ཅིག་བྱས་ནས་ཁོའི་སྒྲེ་ལ་མ་བཟོས།
གནས་ཚུལ་དེ་སྤེལ་བའི་མི་རྒྱལ་ཀྱིས་ཤེས་པས། “དཔལ་མགོན་
གྱིས་ཆུང་མ་ལག་འོག་དུ་ཆུང་གི་མི་འདུག་”ཅས་བཤད་ཡམས་
ངན་པ་ཞིག་ཁྲབ་ཡོད་པས་ཡིན། ཀླད་པོ་ཆོ་དོར་ཁོང་ཁྱོར་བ་
དུ་ལངས་ཏེ་ལྟ་བཟུང་པ་ལྟར་ལུས་ཡོངས་རྒྱུགས་སྤྱབ་ལྟར་
ཞིང་། ཁ་ནས་མཆིལ་མ་འཕྲོ་བཞིན་“ཁྱོད། ལྟ་རང་མགོ་
འཁྱོངས་ན་འདྲར་ཀ་རྒྱུག་ ཁ་རྒྱ་ནང་དུ་བརྒྱངས་སྟེ། ཁྱོད་
འདྲ་མོ་ཐོང་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ད། ཕ——”ཞེས་མཆིལ་མ་ཞིག་
འཕེན་ཞོར་ཆོགས་འདུ་ནས་བྱུང་སོང་། ཀླད་པོ་ཆོ་དོར་ཁོང་
ཁྱོ་ལངས་དོན་གྱི་བརྒྱབ་ན་རུས་ལ་གཞོད་པའི་དཔེ་ལྟར་ཡིན་པ་
འདྲ།

སྤྱིར་བཏང་དཔལ་མགོན་ནི་མི་མང་མདུན་ནས་གདམ་
བཤད་སྤེལ་བ་དང་། མི་མང་གིས་ཁ་ལན་སྒྲིག་པ། རྒྱུགས་
མོ་སྤྲོས་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཞེད་སྐྱང་དང་འཆོར་སྐྱང་། ཁོང་ཁྱོ་
ལངས་རྒྱ་མེད་པའི་མི་ཁོག་རྒྱ་ཅན་ཞིག་ཡིན་མོད། དེ་རིང་ཀླད་

པོ་ཆོ་དོར་གྱི་“ཁྱོད་བཟའ་མགོ་ཁབ་སྤྲོད་”ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་
ཡིས་རྒྱ་ཁོལ་བའི་ནང་ལ་རྒྱ་འབྲུག་རྒྱགས་པ་བཞིན་གདོང་མདོག་
དམར་པོར་གྱུར་ནས་ཐང་ལ་ཕྱོག་སྡེ་ཐ་མག་དམ་འཐེན་ཤིང་
བཞིན་ལག་གཡས་པས་མགོ་སྐྱོར་ནས་བརྒྱད་འདུག་ལ། ཕལ་
ཆེར་ཁོ་གང་དུ་ཡོད་པའང་ཤེས་ཀྱི་མེད་པ་འདྲ།

སྐབས་དེར་སྤེད་པོན་དོ་རྒྱུ་ཡིས་“དཔལ་མགོན་གྱིས་བཤད་
ན་གནས་ལུགས་ཡོད་ཀྱང་། ད་ཐེངས་ཀྱི་མཚོད་རྟེན་འདི་
བཞེངས་རྒྱ་སྒྲུ་ལོ་ཆང་གི་མདུན་ནས་ཁས་སྒྲུངས་པ་མ་ཟད། ཁོང་
གིས་ཀྱང་གཟུངས་གཞུག་དང་ཞལ་འདེབས་མང་པོ་ཞིག་སྤུལ་
ཡོད་པས། འཇིག་རྟེན་ཁ་དཔེ་ལ་ཕ་སྐྱེལ་འགལ་ན་བརྒྱན་འགལ་
དང་། ལུལ་ཕ་མ་འགལ་ན་ཆོ་འགལ། ཟེར་བས། ང་ཆོས་
ཁས་སྒྲུངས་པ་དང་། འགལ་མི་ཐུབ། རྒྱུ་ལོ་ཆང་ཆོགས་
མགོ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ནས་ཡང་བསྐྱར་འཆོག་རྒྱ་ཡིན། དེ་
རིང་ད་མཚམས་འདི་ནས་གྱོལ་”ཟེར་བ་ན་ཆང་མ་སྤོ་སྤོའི་ཁྲིམ་
གཞིར་ལོག་ལ། དཔལ་མགོན་ཡང་ཀླད་པོ་ཆོ་དོར་གྱི་ཆོག་དེ་
ཡིས་ཁོ་ལ་རི་འདྲ་བའི་ཁྲུང་བོ་ཞིག་སྤྲད་ཡོད་པ་ལྟར་གོ་མ་པ་ལྟེན་
དིག་དིག་ཞིག་སྒྲོ་བཞིན་རང་ཁྲིམ་དུ་ལོག།

སྤྱི་ནིན་དཔལ་མགོན་གྱི་ཆུང་མ་སྤྱུ་འཆོའི་ཐོང་པར་སྤྱངས་
འབྱར་ཅིག་དོད་འདུག་ ཤོགས་ར་ཆོས་“ཁ་སང་དཔལ་མགོན་
ངོ་ཆང་དང་ཁོང་ཁྱོས་མ་བཟོད་པར་ཁྲིམ་དུ་ལོག་ནས་ཆུང་མར་
རྒྱང་བ་རེད་” ཟེར་ཞིང་། ཀླད་པོ་ཆོས་“དཔལ་མགོན་གྱི་
ཆོས་ལ་ལོག་གདམ་བཤད་པས་ན་མ་སྤྱིན་འཁོར་ཏེ་ཆུང་མ་སྤྱུ་
མགོ་ནས་ཟགས་པ་རེད་” ཟེར་བའི་སྐྱེད་སྤྲོགས་ཤིག་ཀ་ལའུར་
སྤེལ་བར་ཁྲབ།

ནིན་འགའ་ཞིག་གི་རྒྱུ་སྤྱུ་——

ཕྱི་ལོ་གི་འགྲིག་ཁྲི་ལྟེན།



ལྷ་ཙམ་རིམ་ཐུའི་ཉིང་བཅུད།

ཆུ་ཕྱེས་ཉི་གུང་གི་དོད་ཅིང་ཕོ་སྒོ་འཛོམས་ལ་གཟུགས་པོ་
 ཉ་ཅང་མི་རིང་བ་ཕྱོག་གོས་གཅང་མ་ཕྱོག་པར་དགའ་བ་ཞིག་
 ཡིན། ཉིན་ཞིག་ཁོ་རང་ད་གོད་དུ་སྒྲིག་བརྒྱན་ཆུང་པར་སྒྲིད་སྐབས་
 རང་དང་ཉེ་བའི་རྒྱུ་ཕྱེས་ཤིག་ལ་ལོ་ན་ཉི་ཤུ་ཙམ་ལ་སོན་པ།
 རྒྱུ་ཕྱེས་ཀྱི་འཕྲུག་པའི་ལུས་པོ་དང་། རྒྱུ་ཕྱེས་ཀྱི་འཕྲུག་པའི་མིག་ཟུང་
 དཀར་ལ་དམར་མདངས་ཆགས་པའི་བཞིན་རས་ཏེ་བྱད་མེད་
 གི་ཁྱད་ཆོས་ལེགས་པར་རྒྱུགས་པའི་གཞིན་རྒྱུ་མ་ཞིག་བསྟར་
 འདུག སྐར་ཕྱོག་མིག་ཟུང་ལན་འགའ་འཕེན་རེས་བྱས་རྗེས་
 ཡུད་ཙམ་ནས་ཁོ་མོས།

‘ཅོག་ཁྱེད་རང་ག་པ་ནས་ཡིན་’
 ཞེས་འདམ་པའི་དག་གིས་སྒྲི་སྒྲི་བྱུང་། ཆུ་ཕྱེས་ཀྱིས་
 འདྲམ་བག་ཅུང་ཟད་གྲོལ་ཏེ།
 ‘བལ་ཡུལ་ནས་ཡིན་’
 ‘ཕྱག་ལས་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད་’
 ‘རྒྱ་བལ་བར་ལ་ཆོང་ལས་གཉེར་གྱི་ཡོད་’
 ‘ཁྱེད་རང་’
 ‘ང་རང་གཞི་རིམ་སྒྲོབ་གྲུ་ཐོན་རྗེས་ཆུ་ལོ་མཐོ་སྒྲོབ་དུ་སྒྲིད་
 བཞིན་པ་དང་། མཐོ་སྒྲོབ་དུ་སྒྲོབས་ནས་ལོ་གཉིས་ཙམ་ཕྱིན་

སོང་། ཕྱི་ལོ་ནས་སྒྲོབ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་གཞི་
 རིམ་སྒྲོབ་གྲུའི་ཤེས་ཚད་ལས་པལ་ཆར་འགྱུར་བ་དེ་ཙམ་ཕྱིན་
 མི་འདུག དེང་མཐོ་སྒྲོབ་ཁག་ཆང་མར་སྒྲོབ་དུས་བཞིའི་རིང་
 བུ་བུ་མོ་གཉིན་སྒྲིག་རྒྱ་གོན་དང་། འཁྲམ་ཐུལ་གྱི་དུས་ཆོད་
 ལེགས་ཤོས་ཤིག་དུ་བརྒྱུ་ཡི་ཡོད་པ་བཞིན་སེམས་པ་ལྟོད་ལྟོད་
 དང་སྒྲུང་བ་སྒྲིད་པོ་འདུག

‘ཁྱེད་རང་གི་མིང་’
 ‘ལྷ་ཙམ་རིམ་ཐུའི་ཉིང་’
 ‘གཞིས་ཆགས་ག་ནས་ཡིན་’
 ‘སྒྲི་སྒྲིགས་ནས་ཡིན། ད་ཆ་གུང་གསེང་ཡིན་པས་ཨ་ཞང་
 ལགས་ཀྱི་ནང་ལ་བསྟར་ཡོད་’
 ‘ཁྱེད་རང་ལ་དགའ་རོགས་ཡོད་པས་’
 ‘ད་ལྟེན་མེད། དེང་ལང་སྒྲི་ཆོགས་ནང་མིག་འདྲུང་ལ་དགའ་
 པོ་བྱས་ཏེ་མི་ཆོ་འཕྲོ་བརྒྱན་གོར་བའི་བྱད་མེད་མང་པོ་མཐོང་
 རྒྱ་འདུག་བྱས་ཅང་ང་རང་གཟབ་གཟབ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། ཁ་
 ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་བརྒྱུ་བ་སྒྲིད་མ་ཁན་ཞིག་བྱུང་ན་དགའ་རོགས་
 གྲིག་འདོད་འདུག ལས་དབང་ཟེར་བ་དངོས་གནས་ཁྱད་མཆར་
 རེད། ང་རང་དེ་རིང་ལྷ་ཙམ་རིམ་ཐུའི་ཉིང་བཅུད་ལྟེ་སོང་། ཡིན་

ནའི་སྒྲིག་བརྒྱན་ཁང་དུ་རྟོགས་པ་ཐུག་གི་རེད་པས་མ་པ་མི་ལམ་
དུའང་འཁོར་མེད། ཁྱིད་ཆོད་ངོས་གནས་འཛོན་པོ་རེད། བུད་
མེད་ནི་ཁོར་རྒྱུ་ཆོད་ལས་གཉེར་བར་འགྲོ་བྱ་ལྟ་ཞོག་ཅུང་ལམ་
ཐག་རིང་ས་ལའང་འགྲུལ་བཞུད་ཤེད་ཀྱི་ཁག་པོ་འདུག” ཅས་
གསུངས་ཀྱིས་བཤད།

དེ་མུར་དུག་དུ་རྒྱགས་པའི་ལྷ་སྐབས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ན་ཆོད་
རེ་དོགས་ཅིག་ཆར་ངང་ཁོ་མོའི་འཇིག་རྟེན་དུ་གྱུར་བས། དུས་
ཆོད་ཀྱང་རི་ལྷོ་འགྲོ་མིན་མ་ཤེས་པར་ཡུད་ཅམ་ཞིག་ལ་རྒྱ་ཆོད་
གསུམ་པ་ཟིན་འདུག། སྒྲིག་བརྒྱན་གྱི་ལ་བ་དང་མི་ཆོག་སེམས་
བཞུར་འོང་ཞིང་། ཁོང་གཉིས་སྒྲོ་བུར་གྱི་མཛའ་བཅེ་དང་བསྐྱ་
ཤིང་གང་ཞིག་གིས་བཅེངས་ཏེ་ཡུན་རིང་བུལ་བའི་མཛའ་བོ་
བཞིན། ཁ་བུལ་མི་འདོད་པའི་ངང་སྒྲོད་གནས་ཁ་བུང་མཆོམས་
སྒྲོར་བུས་ཏེ་སོ་སོར་གྱིས་དགོས་བྱུང་། ཁོ་མོ་སྐྱ་ཤིང་རྒྱངས་
འཁོར་རྒྱུ་ཆོད་ཞིག་ནང་འཇུག་ཞིང་སྐུའུ་བུ་ཕྱི་ནས་གཉེན་
རྒྱུག་གི་ལག་པ་གཡུག་གཡུག་ཤིང་བཞིན་གང་ས་སྤྱིད་སྒྲིགས་སུ་
ཁ་ལོ་སྒྲུར། ལྷ་སྐབས་ཀྱིས་ཁོ་མོ་ཅུང་ཟད་མིག་སྐྱེལ་བུས་ཏེ་
ད་སྤོང་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་རྩུར་ལ་རྒྱངས་འཁོར་རྒྱག་ནས་བསྐྱེད།
ད་གོད་ཁོམ་དཀྱིལ་དུ་མི་ཆོག་ས་དང་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི་ཟང་ཟིང་
ཆེ་ལ། སྒྲོན་དུས་ཀྱི་ཉི་འོད་དུད་རྒྱུང་དང་འདྲེས་ནས་ཅུང་ཆེ་
ཤོད་ཆེ། ལྷ་སྐབས་སེམས་པ་དགའ་ལྷང་ལྷང་དང་ནམ་ཡང་
བརྟེན་མི་སྤིད་པའི་ཞིང་ཁམས་དེ་ནས་བུལ་ཏེ་རྒྱངས་འཁོར་དུ་
ཞུགས།

ངོ་མ་དེ་རིང་ཞོགས་པ་ནི་གནམ་ངོ་དྲངས་ལ་སྤྱིན་པ་བྱེད་འི་
མགོ་ཅམ་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མི་འདུག ད་སའི་སྒྲོན་དུས་ཀྱི་ཞོགས་
པའི་ཉི་འོད་གསལ་ལ་མཁའ་རྒྱུད་གཙང་ཞིང་བསིལ། ཉེ་འཁོར་
གྱི་ཐང་ཤིང་སྒྲོང་པོ་རྣམས་ཀྱང་ནམ་དུས་ཀྱི་འགྲོས་ལྷར་ཁ་དོག་
ཅུང་མེར་སྒྲིག་ཅན་གྱི་གོས་ལྷ་བཞེས་ཏེ་འཇམ་མཐིང་དེར་གནས་

ལན། བྱ་ཁྱ་ཏ་འགའ་ཐང་ཤིང་གི་སྒྲོང་པོའི་ངོས་སུ་སྤྱད་ངན་
སྒྲིག་བཞིན་འདུག།

ལྷ་སྐབས་ནི་ད་སའི་རི་ཁྱག་དུ་ཐ་ཐོར་གནས་པའི་དོ་གཤམ་
གྱིས་ཐོག་བཀའ་པའི་རྒྱ་གར་བའི་ཁང་པ་རྒྱུང་དུ་ཞིག་སྐྱས་ཏེ་
ཉམ་རྒྱུང་གི་འཆོ་བ་སྐྱེལ་བཞིན་ཡོད། ཞོགས་པ་དེར་ཁོང་སྒྲོ་
འགམ་དུ་ཁོང་འཁྲུག་བས། ལྷག་པ་རྒྱུ་བསྐྱོགས་སུ་སྐྱེ་བས་བྱུང་།
ཁོས་ཅིང་མཆར་དང་བཅས།

“གྲོགས་པོ། སྤིང་རྒྱག་གི་འཕྲིན་ཡིག་འཕྱོར་འདུག་དེའ”
ཞེས་ཡིག་ཁྱུག་སྒྲོ་བཞིག་མིག་མདུན་དུ་བརྒྱན། “གནས་བཏང་
འདུག” “ལྷ་ཡི་ནས” “ཨྲོ། ལྷ་མོའི་ཡིན་གྱི་རེད”

ཅས་མཁྱོགས་སྒྲུར་གདོང་རས་ཀྱིས་ལག་པ་ཕྱིས་ཏེ་ཡིག་
ཐངས་ཤིང་ཁོང་གཉིས་ཁང་པ་རྒྱུང་དུ་དེའི་ནང་འཇུག། ལྷ་
སྐབས་ཀྱིས་ལྷག་པར་ང་འདྲན་གྱིན་བསམ་སྒྲོ་བཏང་མཐར།

“ཁོ་མོ་ལྷ་ཡིར་བསྐྱོད་ནས་ཉིན་བཅོ་བརྒྱད་ཏག་ཏག་སོང་
འདུག”

ཅས་གདན་ཐོག་དུ་སྒྲོད་པོར་བསྐྱེད་ཏེ་ཡིག་ཁ་སྐྱེ་མ་ཐག་
ལང་ཆོད་ཁོ་ལག་ཡོངས་སུ་རྒྱོགས་པའི་ཡིད་འོང་མ་ཞིག་གི་པར་
ཅིག་འདུག དེ་ནི་ཁོ་མོའི་འདུ་པར་ཡིན། ལྷ་སྐབས་ཀྱིས་ཅུང་
ཟད་བརྒྱས་རྗེས་སྤིང་རྒྱུང་གི་ལུ་གུ་དབྱར་གཞུང་གི་རྩ་ཐང་ལ་
མཆོངས་སྤིང་ཤིང་གྱིན་ལྷག་པར་སྤྱད་དེ་བུལ་འཆུབ་ཀྱི་འཕྲིན་
ཡིག་སྒྲིག་འགོ་བརྩམས།

༡། བཅེ་ལྷན་སྤིང་དབུས་ཀྱི་གྲོགས་མཆོག་ལྷ་སྐབས་
ལགས།

ཁྱིད་རང་སྒྲ་ཁམས་བདེ་བར་ཞུགས་སམ། རིང་མིན་མཛའ་
བཅེ་ལྷན་པའི་ཐུག་བྱས་ཤིག་ཁོ་མོར་ལག་འཕྱོར་བྱུང་བས་ཁྱིད་

རང་དངོས་སུ་མཛུགས་པ་ལྟར་དུ་འགྲོ་སྟོན་གཤམ་ཆེ། ལྷན་
མོ་ལུས་ཁམས་བདེ་གནས་སུ་ཡོད་པས་ཐུགས་བརྟེན་འཆལ། ཁོ་
མོས་ནམ་ཡང་བརྟེན་མི་སྲིད་པ་ནི་སྟོན་བརྟེན་ཁང་དུ་དེད་གཉིས་
ཐོག་མའི་ཐུག་འཕྲད་དང་། ན་ས་རྒྱུ་ལོ་ལོ་འབབ་ཐུགས་
སུ་ཕྱེས་བུལ་གྱི་ཉིན་དེར་ཁྱེད་ནས་གུས་མོར་གསུངས་པའི་བསྐྱེད་
ཆོག་རེ་རེ་དང་། འདྲམ་བག་གྲོལ་བའི་ཁྱེད་རང་གི་བྱ་བ་བཞིན་
བཅས་ཡིན། ཁྱེད་རང་དཔལ་ལྷན་པས་སྟོབ་སྟོབ་ཡང་འོང་
དགལ། ཐམས་ཅད་ལྟར་འོ་འོ་དྲུང་ཞེན་གྱི་དུ་མཆོག་དགར་
སིང་སིང་གི་སྒྲིན་པར་བཞོན་དེ་ནི་སའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འཕུར་
བརྟེན་བྱེད། བེས་སོང་ངས། འདི་ནི་གཞིན་ཅུ་མ་ཞིག་གི་སྒྲིང་
དབྱས་ནས་བཞུར་བའི་སྒྲིང་མེད་ཀྱི་ཟུངས་ཁྲག་ཡིན། ལྷ་སྐྱབས་
ལགས། ལྷ་ས་མོར་ཆོས་ ར་ ནས་ཉིན་གསུམ་རིང་གྲང་གསེང་
ཡོད་པས་དུས་ཆོད་ཐོབ་ཆེ་ངེས་པར་ཕེབས་རོགས་ཁོ་མོས་སྟོབ་
གུར་སྐྱབས་སྟོད་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། ལྷ་ཁམས་བདེ་མོ་བྱས།

ལྷ་མོས་ཁྱི་ལོ་ནས་རྒྱ་ཆོས་ལ་སྒྲིངས།

ལྷ་སྐྱབས་སེམས་པ་དགའ་ལྷང་ལྷང་དང་དགོད་འདྲམ་
འདྲམ་གྱིས་ཡང་བསྐྱར་པར་ལ་ཞིབ་ལྷ་ཐོངས་ཤིག་བྱས།

“ལྷག་པ། དེ་རིང་ཆོས་པ་གཞོད་རེད་དམ།”

“ཆོས་དུག་རེད”

“ཨྲ། དྲ་བྱས་ན་ཉིན་གསུམ་སྒྲིན་བདག་ལ་དགོངས་ལྷ་
བྱས་དེ་དེ་རིང་མ་སྒྲིན་ན་མི་འགྲིག་སུ། ཁོ་མོས་སྐྱག་ནས་འདུག་
ངེས་རེད” ཟེར།

ས་གཞིའི་ཁམས་ཆེན་མོར་མུན་པའི་ཡོལ་རས་སྐབ་མོ་ཞིག་
གཡོགས་འདུག་ལ་ན་སའི་བྲོམ་གཞུང་དུ་སྟོན་སྟོན་གྱི་འོད་
མདངས་བཟུང་བ་དང་། སར་འགྲོ་ཆུར་འོང་གི་རྒྱུ་ལོ་ལོ་
དང་མི་སྒྲིའི་འདུ་འགོད་དུ་ཅང་ཆེ། མམ་རྒྱ་སྟོན་གྱི་སྒྲ་དགོང་
གཉིས་ཀར་ན་སར་ཆུང་འཁྲགས་ཤིང་འཆར་ཡན་གྱི་གྲང་རྒྱུང་

ཐུབ་མོ་ཞིག་གིས་ཕེབས་སྟེལ་བྱེད་ཀྱིན། ལྷ་སྐྱབས་འགྲུལ་སྟེལ་
རྒྱུ་ལོ་ལོ་ལྟར་གྱི་སྟེལ་ཁྲུང་སྟོགས་སུ་བསྐྱེད་དེ།

“ལྷག་པ། གནངས་ཉིན་སྤི་ཐུལ་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱན་ཤིག་
འཕེན་གྱི་ཡོད། ང་རང་སྐྱབས་མ་ཐུབ་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཞིབ་ལྷ་
བྱེད་དགོས” ཞེས་མངགས་བྱ་བྱས།

ལྷག་པས་ “སེམས་ཁྲུལ་མི་དགོས་ཁྱེད་རང་གཟབ་གཟབ་
གྱིས་ཨང”

ཞེས་ཁྱེད་བྱས་པ་དང་རྒྱུ་ལོ་ལོ་རྒྱུ་ལྷང་བཅས་དལ་
བྱར་འགྲུལ་སོང་། ལྷ་སྐྱབས་གཉིད་ཐོངས་ཤིག་ལ་ཞིགས་པ་
སྤི་ལེར་འབྱོར། ཡངས་ཤིང་ཆེ་བའི་གཞུང་ལམ་ཐོག་གཞུ་རྒྱུད་
ལས་མདའ་མོ་ཤིར་བ་བཞིན་ཆེ་ཆུང་སྒྲ་ཆོགས་པའི་རྒྱུ་ལོ་ལོ་
གྱི་འགྲོ་འོང་དུ་ཅང་བྱེད། ལྷ་སྐྱབས་ཀྱིས་ལམ་རྒྱར་ནས་ལག་
པ་གཡོལ་ཅམ་བྱས་པས་རྒྱུ་ལོ་ལོ་ཆུང་དུ་ཞིག་བཀག་ནས་
ཐད་ཀར་མན་དུ་ཀྱི་ལེར་སྤིན་དེ་བོད་པའི་འགྲོན་ཁང་ཞིག་ནང་
ཆུང་ངལ་གསེས་པ་དང་། ཁྱོན་གོས་རྣམས་གཅོང་མ་བྱས་ཤིང་
སྒྲ་བྱེད་རྒྱུ་ལོ་ལོ་ཞིག་ནང་ཁོ་མོ་འཆོལ་བར་བརྟེན། དངོས་
གནས་ལས་དབང་གིས་བཀོད་སྟོན་བྱས་པའམ་གང་ལྟར་ཁོ་མོ་
དག་དག་སྟོབ་གྱི་སྟོབ་འགྲམ་དུ་ཐུག་བྱུང་། སམ་རྒྱུན་མཛུགས་
བརྟེན་ཆེན་པོས་ཁམས་བདེའི་འཆོལ་འདྲི་བྱས་པ་དང་སྟོབ་གྱ་
ནས་སྤིར་བོན། ཉིན་གསུམ་ཁོང་གཉིས་སྟོན་བརྟེན་ཁང་སོགས་
ལ་སྟོབ་འཆམ་སྟོབ་ཆེན་མོས་པར་བྱས་ཤིང་དེ་དང་དེའི་གནས་
ཆུལ་ཁོ་བོས་ཞིབ་གསལ་མི་དགོས་པར་ཁྱེད་རྣམ་པའི་སྟོབ་ཆོར་
ཁྱིགས་ཁྱིགས་ཡོད།

དེ་རིང་ནས་ལྷ་མོའི་གྲང་གསེང་རྫོགས་པ་དང་ལྷ་སྐྱབས་ཀྱི་ང་
ར་སར་བརྟེན་དགོས་པས་དལ་སྟོད་ཀྱི་ཉིན་མཐའ་མ་དེ་ཡིན། མན་
དུ་ཀྱི་ལེའི་ཐོག་བརྟེན་གསུམ་ཅན་གྱི་འགྲོན་ཁང་དེར་ཁོང་
གཉིས་ཞིགས་ཟས་ཆར་བ་དང་། ལྷ་སྐྱབས་ཁྱོན་གོས་བརྟེན་ལེན་

ཤེད་ཀྱི་འདུག་ལ། ལྷ་མོ་ཉལ་ཁྱིའི་ལོགས་ཤིག་ན་བསམ་སྒྲིག་དྲིང་
གྱིན་མཆིས། ཡུད་ཙམ་ནས་ཁོ་མོས་ཅུང་དོ་ཆ་དང་བཅས་ངག་
དམའ་མོས།

“ལྷ་སྒྲུབས། ང་རང་དངོས་གནས་ཁྱེད་ལ་དགའ་ཡི་འདུག
ངེད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་ནང་ལ་ཡིག་འབྲེལ་བྱས་པ་ཡིན་པ་མ་གཉིས་
ཀྱི་འདོད་ཐོག་ལ་འདུག ཁྱེད་རང་གི་ནང་མིས་མོས་མཐུན་གནང་
ཨ་ཡོང་”

ཞེས་སྒྲོ་བྱར་ཀྱི་དྲི་ཆིག་ཚོན་མོ་འདིས། རོ་མ་ལྷ་སྒྲུབས་གདོང་
མདོག་ཅུང་འཕྱར་བ་དང་འབྲུག་ཙམ་རིང་ཅི་བྱ་གཏོལ་བྲལ་དུ་
ལུས། དེ་ནས་ལྷ་སྒྲུབས་ཀྱིས་སྒྲམ་པོའི་སྒྲོ་ནས།

“ལྷ་མོ། དེའི་སྒྲོར་འཁྱབ་ཆ་ཡང་ས་མི་དགོས། ང་རང་
གིས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ཆར་བ་ཡིན། མ་གཞི་ནས་ད་ཆ་ཁྱོད་རང་
སྒྲོ་བ་གྲུ་ཐོན་མེད་པས་སྒྲོ་བ་སྒྲོང་ལ་བར་ཆད་ཤིང་ངེས་རེད་”

“དེ་བཤད་མ་དགོས། ང་རང་སྒྲོ་བ་གྲུར་ལོ་གཅིག་ཀྱང་
འདུག་དགོས་མེད་དེང་སང་བྱ་མང་པོས་བྱ་མོ་ཅིད་ཆས་ལྷ་བྱ་
ཤེད་སྒྲིད་ཀྱིན་ཡོད་པ་དེ་ཙམ་ནས་ཡག་པོ་མི་འདུག མཁྱོགས་
ཟུར་ཁྱེད་རང་གི་ཆོང་ལས་ལའང་རོགས་པ་འོང་ངེས་སྒྲམ་”

“ཁྱོད་རང་བསམ་སྒྲོ་གྲུ་དོག་པོ་མ་ཤེད་པའི་སྒྲིང་ལ་ཁྱོད་
མ་གཏོགས་མེད་”

“མ་རེད། མ་རེད། དེ་རིང་གཙང་མ་བཟེ་དགོས་ཡོད་”
ལྷ་སྒྲུབས་ལྷེད་ཏིག་ཏིག་གི་ཁྱར་པོ་འདིས་གང་ཤུར་ཤུར་ཀྱི་ཁོང་
འདར་དབང་མེད་དུ་ཁོར། འདུ་འཇི་ཆེ་བའི་གཞུང་ལམ་རྩེང་
རྒྱངས་འཁོར་དང་མི་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོད་སྒྲུའང་ཅི་ཡང་མི་ཐོས་པ་
ལྷ་བྱར་བྱར། ཡང་བསྐྱར་བ་མག་རྒྱུད་གཅིག་ལ་མེ་སྒྲོན་དེ་དུ་
བ་སྒྲུ་ཆོག་ཆོག་དུ་ཕྱིར་འཕྱར། དེ་ནི་བསམ་སྒྲོའི་སྒྲོ་རྒྱ་འབྲེད་
ཤེད་ཡིན་པ་འདྲ། ཡུད་ཙམ་ནས་ལྷ་སྒྲུབས་ཀྱི་ཅུང་ཟད་དོ་ཆོངས་
པའི་ཆུ་ལྱིས།

“ལྷ་མོ། དགོངས་པ་ཙམ་ནས་མ་འཆོམ་ཁ་སྒྲོན་ངས་ཁྱོད་
ཀྱི་བརྟེ་དྲུང་ཐོབ་ཆེད་དུ་རྩུན་ལབ་དགོས་བྱུང་”

“ཨ་འ། ཁྱེད་རང་ག་རེ་ལབ་ཀྱིན་ཡོད་” ཅེས་མིག་རྒྱག་
རྒྱག་གིས་བརྗེས།

“དྲང་མོར་བཤད་ན་ང་ཆོང་པ་མིན། ང་རང་རྒྱ་གར་དུ་
སྒྲུབས་ནས་ལོ་བཞི་ཙམ་སོང་། ད་ཆ་རྩ་ས་རུ་ཟུཁང་ཞིག་ནང་
ལས་ཀ་ཤེད་ཀྱིན་ཡོད། དངོས་གནས་ངས་ཁྱོད་ལ་ཡིད་ཆེས་”

ཞེས་ཆིག་མཐུག་མ་སྒྲིལ་གོང་ཁོ་མོ་རོ་མདངས་ཐད་དེ་
འཕྱར་བ་དང་ང་རྒྱལ་ཆེན་པོས་“རྩུན་མ། འབྲམས་པོ། མ་
རབ་ཁྱེད་ཀྱིས་ང་བསྐྱེད་བྱས་འདུག་” ཅེས་སྒྲིགས་མོ་ཤེད་
ཀྱིན་ཉལ་ཁྱིའི་ཐོག་ནས་ལངས་དེ་ལག་ཐད་རྒྱང་དུ་ལག་དྲུ་
བཅངས་ནས་སྒྲོར་བྱད་སོང་།

“ལྷ་མོ་ ལྷ་མོ་” སྒྲི་ལྷ་ཙམ་མ་བྱས་པར་ཆས་སོང་། ལྷ་
སྒྲུབས་འབྲུགས་ཆ་དོད་པའི་གོང་ཁྱེད་ལ་ཆགས་པའི་སྒྲོ་རྒྱང་རྒྱང་
གི་གནས་ཁང་དང་། རང་གི་ལས་དབང་མི་ཡུལ་གྱི་འཆོ་བར་
ཡིད་ཐང་ཆད་བཞིན། འདོད་བརྟེ་དང་གཤོ་འོག་གི་འཇིག་རྟེན་
འདིར་ཞེ་ཁྱེད་ཀྱི་འདས་ཟེན་པའི་བྱ་བར་ཕྱིར་འདང་རྒྱག་གིན་
སྒྲུབ་ཁྱེད་གི་དྲ་མིག་ལ་བསྐྱེས་དེ་ཕྱི་རོལ་ལ་རྒྱང་རྒྱ་ཤེད་བཞིན་
འདུག

གོང་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲིགས་མཐའ་ནས་རྒྱགས་འོངས་པའི་རྒྱང་རྒྱམ་
དེས་ཐལ་རྩལ་དང་། སྒྲོང་ལོ་མེར་པོ། རྒྱ་སྒྲུང་གི་ཤོག་རྒྱགས་
ནམས་ལམ་ཟུར་གཡས་གཡོན་གང་སར་འདུད། མཆོམས་རེ་
ཤོག་བྱ་བཞིན་སྒྲེབ་སྒྲེབ་དུ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ཁྱེད་པའི་རྒྱང་ཆུ་ལ་
འདིས་ཡུལ་འབྱར་པའི་འཆོ་བར་ལད་མོ་ཤེད་པ་དང་། འོད་
མདངས་ཉམས་པའི་དམར་སྒྲུག་གི་ནི་མ་གས་པའི་དེས་ལྷ་སྒྲུབས་
ལ་མིག་ཟུར་འཕེན་ཀྱིན་དལ་བྱར་རུབ་རིའི་ཐག་དུ་ཡི།

ལྷན་སྐྱོད་མཁུ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕུལ་བུ།

ལྷན་སྐྱོད་མཁུ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕུལ་བུ།



སྐྱོ་བཟང་རབ་རྒྱས། (རིག་གནས་ཀྱི་ལུ་ཁྱུ་ལོ་)

གཅིག

དབང་ཕྱོགས་ཀྱི་དོར་རེ་བོའི་ཕྱག་གི་དང་ལས་མཆོམས་སྤྱིན་གྱིས་འཕྱུང་པའི་དྲ་བརྟན་གཞིན་ཀྱི་ཀྱན་གསལ་གྱི་མཁུ་སྤྱོད་མཁུ་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་ལོར་དཔལ་གྱིས་འཕགས་ཏེ་ཞི་ཟེར་གྱི་དགའ་མཛོེར་འཛིན་སྤྱོད་མཛོེར་ཡང་བར་འཕྲོས། ལུ་ལྷན་གྱི་འདྲིའི་ཁང་མིག་རེ་རེའི་དྲུང་ཁུང་ལས་དུ་བ་སྤྱོད་མཛོེར་འཛིན་ཏེ་ལུང་ཀྱན་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་གྱི་ཡོལ་བས་གཡོགས། སྤྱོད་ཕྱོགས་ཆོས་དཔེ་དབ་རེ་ལག་དྲུང་བཟང་ནས་སྤྱོད་ཕྱིའི་ཁོར་ལུག་ན་ནངས་སྤྱོད་ཕྱེད་པའི་ལས་ལ་ཕྱེད་འདུག ལྷན་གྱུ་བ་ནི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་དུར་བཙོན་ཆེ་ཞིང་ཕྱིའི་ཀྱན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་གང་ཐད་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་འདྲིའི་བཟང་པོ་གསུམ་ལྷན་གྱི་སྤྱོད་མཛོེར་མཛུགས་ཞིག་ཡིན། ཁོས་ཀྱང་སྤྱོད་ཕྱིའི་རྒྱུ་ལོར་དྲུང་འདྲིའི་གཡས་ཟུར་ན་སྤྱོད་གཅིག་སྤྱོད་གྱིས་ནངས་སྤྱོད་ཕྱེད་བཞིན་མཆོས། ལྷན་ཤིག་ཁོ་བོའི་རྒྱུ་ཕྱོགས་ནས་གསལ་ལ་མི་གསལ་གྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་“གང་ལ་ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་བའི། དཀོན་མཆོག་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།”ཞེས་སྤྱོད་དཔོན་ཕྱི་མིས་མཛོད་པའི་སུམ་ཅུ་པའི་མཆོད་བཞེད་ཀྱི་ཆོག་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་ན་ལམ་དུ་ཐོས་ཡོང་། སུ་ཡིན་ཆ་མ་འཆལ་

བར་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་བཟུ་སྤྱོད་ཁོ་དང་འཛིན་གྱི་གཅིག་པའི་བུ་མོ་གཡུ་སྤྱོད་གྱིས་དཔེ་དབ་དམར་པོ་ཞིག་ལག་ཏུ་བཟུང་ནས་ཁོ་དང་ཐག་མི་རིང་བའི་སར་མགོ་དབང་སྤྱོད་ཏེ་དྲུང་སྤྱོད་ཕྱེད་བཞིན་འཕྱུང་འདུག ཅིན་འདྲི་གཅིག་པོ་མཛོན་པར་ནམ་རྒྱུན་ནས་ནངས་སྤྱོད་དང་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཁོ་མོ་ཡང་འདྲིར་སྤྱོད་ཀྱིན་འདུག གཡུ་སྤྱོད་ནི་ཁོ་ཆོའི་འཛིན་གྱི་བུ་མོ་ཀྱན་ལས་གཞུང་བཟང་གཤིས་འཇམ་ལག་མོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡང་ཅེར་སོན་པ་ཞིག་ཡིན། ལྷན་གྱུ་བ་ལ་མཆོན་ན་ཁོ་མོའི་ནང་གི་ཀྱན་སྤྱོད་དང་ཕྱི་ཡི་མཛོེས་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་ཡིད་སྤྱོད་ཤོར་འདུག ཡིན་ནའང་སྤྱོད་རྒྱུང་ཁག་ནས་སྤྱོད་མཁུ་སྤྱོད་ཕྱིའི་ཁོར་འཕྱུང་འདྲིར་འདྲིར་འདུས་པའི་ལོ་ལྷའི་ནང་ཕན་ཚུན་ལ་རྒྱས་མངའ་དེ་ཅམ་མེད་པས་སོ་སོ་ལ་དོགས་ཅམ་གྱི་ངང་དུ་བཟུང་དགོས་ཆགས། དེ་རིང་ཡང་ཁོ་མོའི་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་སྤྱོད་གདངས་དང་ཕར་འགྲོ་རྒྱུར་ཡོང་གི་གོ་མ་འགྲོས་སྤྱོད་ཕྱེད་བཞིན་སྤྱོད་ཆོས་ཀྱིས་ལྷན་གྱུ་བ་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་དབང་མེད་དུ་འཕྲོག ཡིན་ནའང་དྲུང་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆ་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་ལབ་མ་ཐོད། མཆོམས་ཤིག་ལ་གཡུ་སྤྱོད་གྱིས་ངང་འགྲོས་ཀྱི་གོ་མ་ཁ་ཁོའི་མདུན་སར་བཟུར་ཏེ་སྤྱོད་གདངས་དམའ་

མོས། “ལྷན་གྲུབ ང་ཁྱེད་ལ་འདྲི་རྒྱུ་ཞིག་འདུག སུམ་ཅུ་པའི་
སྐབས་ཀྱི་དྲག་ཞི་བ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ་ཞེས་པའི་རྣམས་ཀྱི་གང་ལ་ངོས་
འཛིན་དགོས་སམ།” ཞེས་དོགས་ཉམས་དང་བཅས་དེས། ལྷན་
གྲུབ། འཆལ་མ་འཛུབ་ཀྱིས་ལག་གཡས་ཀྱིས་མགོ་ལ་བྱེལ་བྱེལ་
བྱེད་བཞིན་“ཨ་ ཨ་ལེ་དེ་དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེ་རྫོན་དུ་
གསུང་བ་པོར་འཛིན་ཅི་དུ་གྲགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེན་པོ་ལ་
ངོས་འཛིན་དགོས་པ་འདྲ།” ཞེས་ལན་བཏབ། གཡུ་རྫོན་གྱིས་
མཛེས་འདྲམ་གྱི་མིག་ཟུར་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་གདོང་ལ་འཕེན་ཞིང་།
ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ཟེར་བཞིན་ངོ་གཞོང་པའི་རྣམས་འགྱུར་དང་བཅས་
འགྲམ་ཟུར་ན་རྒྱུད་གིས་གཡོ་བའི་སྒྲིའི་ལན་བུ་རྣམས་ལ་འདྲེད་
གིན་མགོ་བོ་ནང་དུ་དུད་ནས་དེ་བཞིན་ལ་བརྩུ་བཞིན་པར་ལོག་
ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་དུང་པའི་སེམས་པ་ཁོ་མོའི་མཛེས་ཆོས་ལ་འབྱུང་
དེ་ཡུད་ཅམ་ཞིག་ལ་བརྩེ་བའི་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་སྒྲོང་དུ་ཞུགས་
ནས་རང་སར་དྲན་དེ་ལུས་འདུག ཉང་..... ཉང་..... ཉང་.....།
སྒྲོབ་གྱའི་ཞོགས་ཇ་འབྲུང་བའི་རྒྱ་ཆོད་ལ་སྒྲེབས་ཏེ་སྒྲོབ་གྲོགས་
ཆོ་རེ་རེ་བཞིན་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་འདུས་ནས་འུར་
སྒྲ་དང་བཅས་ཞོགས་ཇ་འབྲུང་བའི་ལས་ལ་བྲེལ།

གཉིས་པ།

གཟུང་སྒྲན་པའི་ཉིན་གྲང་གི་ངལ་གསོའི་སྐབས་ལྷན་གྲུབ་
ཕྱི་རོལ་དུ་མ་འབྲམ་པར་ཉལ་ཁང་ནང་རང་ཉིད་སྤོང་སའི་མལ་
ཁྲིའི་སྒྲང་དུ་བསམ་སྒྲིའི་འཁོར་ཕྱོགས་ཀྱིས་དུས་རབས་འདི་དང་
མི་ཆེ་འདྲིའི་རང་ཉིད་ཀྱི་མདུན་ལམ་ལ་བསམ་གཞིགས་ཐེངས་
གཅིག་གི་སྒྲོང་དུ་ཞུགས་མཐར། རྣམ་རྒྱུན་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་
གདོང་ལ་འཁོར་བའི་གཡུ་རྫོན་ལ་དུང་སེམས་ཀྱི་གསང་འཕྲིན་
ཞིག་གདོང་འདྲི་བསམ་ནས་མལ་ཁྲིའི་སྒྲང་ཅོག་ཕུར་བསྐྱད་
དེ་ཤོག་ཕུད་དང་སྒྲུ་གུ་བྱངས་ནས་འབྲི་མགོ་བརྩམས། སྐབས་
ཞིག་ཁོའི་གྲོགས་པོ་དོན་གྲུབ་ཕྱི་རོལ་ནས་སྤོང་ཁང་ནང་དུ་འདྲུལ་

ཡོང་། ལྷན་གྲུབ་བྲེལ་མ་འཛུབ་ཀྱིས་ཡི་གེ་འབྲི་མཆོམས་བཞག་
ཏེ་འཕྲིན་ཤོག་གདན་ལོག་བཅུག དོན་གྲུབ་གད་མོ་དགོད་བཞིན་
“ལྷན་གྲུབ། གསང་ཡིག་དེ་འདྲ་ཞིག་ཅི་ཡིན། ང་ལ་དོགས་
མི་དགོས་རང་གིས་ཕྱིས་ང་གཉིས་གྲོགས་པོ་ཡིན་པས་ང་ལ་ཡིད་
ཆས་བྱས་ཆོག་” ཟེར་བཞིན་འདྲམ་དང་བཅས་རང་གི་མལ་ཁྲིའི་
སྒྲང་བསྐྱད། ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་གདོང་ལ་འདྲམ་ཞིག་ལངས་ཏེ་ “ཐ་
ལེ་ དོན་གྲུབ་ཁྱོད་འདིར་ཤོག་དང་། ངས་ཁྱོད་ལ་གསང་གཏམ་
ཞིག་བཤད་” ཅེས་ལག་བརྟལ་གཡུགས། དོན་གྲུབ་ཡང་དགའ་
ཉམས་ཀྱིས་ཡར་ལངས་ནས་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་མལ་ཁྲིའི་ཟུར་དུ་
བསྐྱད། ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་ཁོའི་སེམས་གདོང་གི་གསང་བ་གཡུ་
རྫོན་དང་ཁོ་གཉིས་བསྐྱར་གྱི་དམིགས་འདུན་བསམ་བྱ་མཐའ་
དག་དོན་གྲུབ་ལ་བརྗོད། དོན་གྲུབ་ཀྱིས་དེ་འདྲ་ཡིན་ན་ངས་ཁྱོད་
ཀྱི་བསམ་དོན་འགྲུབ་པའི་རྫོན་འདུན་དང་བཟླ་གིས་བདེ་ལེགས་
ཞུ་ཟེར་བཞིན་པར་རྒྱུན་འདྲམ་གྱིས་ཁེངས་ཏེ་བག་ཐེབས་ཀྱིས་
ལབ་སྒྲེང་བྱེད་བཞིན་ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་གསང་འཕྲིན་གྱི་མཐུག་བྲིས།
ཉང་.....ཉང་..... ཕྱི་རོའི་སྒྲོབ་ཐུན་དང་པོ་ཆོགས་ནས་སྒྲོབ་གྲོགས་
ཆོ་སྒྲགས་སྒྲགས་ནས་འཛིན་ཁང་དུ་འདུས། ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་
ཡི་གེ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ལག་དུ་བཞག་ནས་“གྲོགས་པོ་འཕྲིན་ཡིག་
འདི་དེ་རིང་ཁྱོད་ཀྱིས་གཡུ་རྫོན་ལ་སྤོང་ཐབས་བྱེད་རོགས་” ཟེར།
དོན་གྲུབ་ཀྱིས་“ཡིན་དེ་ཡིན་ང་གཉིས་གྲོགས་པོ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་
འདིའི་སྒྲགས་ངས་ཁྱོད་ལ་རོགས་བྱས་ཆོག་” ཟེར་བཞིན་ཁོ་
གཉིས་མཉམ་དུ་འཛིན་གྲུར་བསྐྱོད། དོན་འགྲུབ་ཀྱིས་སྐབས་
གང་འགྲིགས་དང་བསྐྱུན་ནས་གསང་འཕྲིན་གཡུ་རྫོན་གྱི་ལག་
དུ་འཛིན་གྲུབ་བྲས། དེ་ནི་སྒྲོབ་ཐུན་གྱི་སྐབས་ཡིན་པས་གཡུ་
རྫོན་གྱིས་ཡི་གེ་ལ་བརྟལ་ཁོ་མོ་མ་ཕུང་། ཡུད་ཅམ་གྱི་རྗེས་ལ་སྒྲོབ་
ཐུན་དང་པོ་གྲོལ་ཏེ་རྒྱ་ཆོད་སྐར་ཆ་ལྡེའི་བར་སྐབས་ཀྱི་ངལ་
གསོའི་སྐབས་མོ་གཅིག་ཕུ་འཛིན་ཁང་དུ་བསྐྱད་ནས་ཡི་གེ་ཁ་ཕྱེས་
ཏེ།

ནམ་ཆེ་སྒྲིང་གི་མཆོ་བྱུང་དུ་བྱགས་པའི་གཡུ་སྒྲོན་གྱི་མིག་
ཟུང་བྱང་བཅུན་པའི་གཟིགས་མོར།

ཕན་ལྷན་གྱུ་བྱེད་ལུ་འབྲས།

སྒྲོན་པས་གས་གྱི་ལས་རྒྱུང་བཟང་པོའི་མཐུ་ལས་གྱུ་བ་པའི་ག་
ཡིན་ནའང་ཐང་། གང་ལྟར་ངའི་བྱང་ཁོག་གི་དྲུང་སེམས་མཆོ་
མོའི་སྒྲུབས་སྤང་བྱིད་གྱི་བྱང་བཞིན་གྱི་སྒྲིག་ཆོས་དང་འདྲེ་སྒྲིག་
གི་ལང་ཆོའི་དཔལ་ལ་ནམ་ཡང་འབྱུང་འདུག ཡིན་ནའང་ང་
ལ་བྱ་ཐབས་བྲལ། མི་ཁ་དང་དོ་ཆར་འདྲེ་མས་ནས་དྲུང་སེམས་
གྱི་ཆོག་གཅིག་གྱུང་ལབ་མ་ཤིང་། བྱིད་ལ་འདྲི་གཏེན་གྱི་བཅོ་
བཞིག་མེད་ན་ངའི་སེམས་ཁྲུང་དུ་སྒྲུབ་པའི་ཆོག་འབྲུལ་ཡོད་ཆད་
ནམ་ཞིག་གི་ཆེ་ཡང་པོར་མི་སྤྲིད། ད་ལྟེས་ངས་ཡིག་ལམ་ནས་
འདི་ལྟར་མི་བཤད་ཀྱི་མེད་བྱུང་སོང་། ངའི་སྒྲིང་ཁྲུང་དུ་བཅོངས་
པའི་གཡུ་སྒྲོན་ལགས་བྱིད་ལ་ཁོམ་པ་དང་འདྲོད་སྒྲོལ་ཡོད་ན་སང་
ཉིན་ནི་གཟུང་ཉི་མ་ཡིན་པས་དེད་གཉིས་སྒྲོབ་གྲུའི་མཛུགས་དོས་
གྱི་མཐོན་མཐོང་གི་ནེའུ་གསིང་བྱིད་དུ་སྒྲོལ་ལ་སོང་ན་ཆོག་
གམ། ངས་འདི་ལྟར་ལབ་པ་དགོངས་འགལ་མེད་པར་འགྲོ་
འདྲོད་ཡོད་ཆེ་སང་ཞིགས་ཆུ་ཆོད་བརྒྱད་པའི་སྤྲིང་མ་འབྲུངས་
པར་སྒྲུབས་རྒྱ། གཡུ་སྒྲོན་ལ་མཆོན་ནའང་འདྲོད་པའི་ན་པོ་
རྒྱགས་ཤིང་བཞིན་རས་འདྲུམ་གྱིས་ཁེངས་ཏེ་ཡི་གེ་ལག་དྲུ་བཟུང་
ནས་དགའ་སྤྲོའི་ཉམས་དང་བཅས་གཟུང་ཉི་མའི་ཉིན་གྱི་སྤྲོ་སྤྲོད་
ལ་བསམ་གཞིགས་བཏང་།

ཏང་.....ཏང་..... སྒྲོབ་ཐུན་གཉིས་པ་འཆོགས་ནས་སྒྲོབ་
གྲོགས་ཆོ་བྱུར་བྱུར་བེད་བེད་གིས་བྱིར་སྒྲོབ་ཁང་དུ་འདྲུལ་ཡོང་།

གསུམ་པ།

གཡལ་དག་ཅིང་མཁའ་མཐའ་སྤྱིན་དཀར་གྱིས་བརྒྱན་པའི་
གཟུང་ཉི་མའི་ཉིན་མོར་སྒྲོབ་གྲུ་འདྲིའི་དགེ་སྒྲོབ་ཆང་མ་དགའ་

བདང་སྒྲོའི་བའི་ངང་སྤྱོགས་ཡར་མར་དུ་སྒྲོའཆམ་ལ་ཆས། ལྷན་
གྱུ་བྱེད་གྱུང་བུར་མིག་གི་མདའ་མོ་དང་གཡུ་མང་གི་སེམས་
པ་གཡུ་སྒྲོན་སྤྲོད་སའི་མལ་ཁང་གི་སྤྱོགས་སུ་འཁོར་བཞིན་རེ་
རྒྱག་གི་གོ་མཁའ་དཔལ་གྱིས་བརྒྱར་ཏེ་མཛུགས་སུ་བསྐྱོད། གཡུ་
སྒྲོན་ཡང་དགའ་ཉམས་གྱིས་གནག་སྤྲུམ་གྱི་སྤྲོ་ལོ་རྒྱུང་གིས་གཡོ་
ཞིང་དཔལ་བཀྲོས་གྱི་གོ་མ་པས་ཙུ་ཁྲུང་དང་དཀར་དམར་མེ་ཏོག་
གི་བེལ་བ་གཏོར་བཞིན་ལྷན་གྱུ་བྱེད་གམ་དུ་སྒྲུབས་ཡོང་། ཕན་
ལྷན་འབྲས་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་དེར་དྲུང་སེམས་གྱི་དྲུང་རྒྱུད་པའི་
གཞོན་ནུ་བྱུང་གིས་གཅིག་གཅིག་ལ་ཆོག་མགོ་ཅི་ཞིག་སྤྲོང་དགོས་
མ་ཤེས་པར་སེམས་དོགས་ལ་དོགས་སེམས་གྱི་ཆ་གཟེར་ལངས།
སྐབས་དེར་ལྷན་གྱུ་བྱེད་སྐད་“གཡུ་སྒྲོན་བྱིད་ཆུ་ཆོད་ལྟར་མ་
སྒྲུབས་པ་ཅི་ཡིན་”ཞེས་ཀྱང་འཇམ་ཅེད་མོ་ཅེ་ཁྲུལ་གྱིས་ཆོག་མགོ་
བརྒྱགས་ཏེ་ཁོ་གཉིས་དཔུང་པ་མཉམ་གཤིབ་གྱིས་མཐིང་མདོག་
གི་དགའ་ཆལ་དུ་ཆས། དཀར་སྤྲོད་མར་པོའི་མདངས་ལྷན་
གྱི་ནེའུ་གསིང་གི་གཞི་འདིར་ཞིམ་པོའི་དྲི་བསུང་འབྲལ། གཡུ་
མང་དང་སྤུ་ལེབ་ཁྲུ་ཡིས་འཕུར་སྤྲིང་གི་སྒྲོས་གར་ཅིན། ལྷུང་
ལྷུང་དུ་འབབ་པའི་ཆུ་ཕན་གྱི་འདུག་དོགས་ན་མཐིང་རིལ་དང་
ངང་དུར་སོགས་འདབ་ཆགས་མོད་པོས་སྤྲོད་སྤྲོད་སྤྱོག་ཅིང་ཁོ་
གཉིས་སྒྲུབས་པར་བསུ་བ་བྱེད་པ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། ན་
གཞོན་བྱུང་དགའ་བའི་མེ་ཏོག་འདྲུམ་ཞིང་གནས་འདྲིའི་ཡོད་ཆད་
ལ་རྒྱུད་བརྒྱ་བྱེད་བཞིན་དྲུངས་ཤིང་གཙང་བའི་ཆུ་ཕན་ཞིག་གི་
ཁར་སྒྲུབས། སྐབས་དེར་ལྷན་གྱུ་བ་ལ་དོགས་སྤང་མེད་པར་
མཆོངས་ཐེངས་གཅིག་གིས་པ་རོལ་དུ་སྤྲོད། གཡུ་སྒྲོན་གྱིས་
“ངང་”ཟེར་བཞིན་ཆུ་འབྲམ་དུ་པར་འགྲོ་རྒྱུར་འགྲོ་བུས། ལྷན་
གྱུ་བྱེད་སྐད་“བྱིད་ལ་རུལ་དང་རྒྱས་པ་ཡོད་ན་མཆོངས་ཐབས་
ཏོས།”ཞེས་ཀྱང་ཅེ་ཅེ་བཞིན་ཆུ་བྱི་སྤྲོད་བྱུང་བྱུང་ནས་སྤུ་རུར་
ཁོ་མོའི་ལག་དྲུ་བཞག་ནས་རྒྱུར་འཐེན་ཅོམ་བྲས་དུས་གཡུ་སྒྲོན་
སྤྲིང་མ་ཤིང་པར་རྒྱུད་པ་གཅིག་འབྲེད་དེ་རྒྱུའི་ནང་དུ་རྒྱལ། གཡུ་

སྒྲིན་དང་ས་མ་འཛབ་ཀྱིས། “ལྷན་གྲུབ་.....ལྷན་གྲུབ་”ཟེར་
བཞིན་ཆུ་ཁར་ལག་སྒྲོབས་བྱས་སྐབས་དེར་ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་ཁོ་
མོའི་ལག་པར་འཁྱུད་ནས་ཆུ་ཁར་བཏོན། ཁོ་གཉིས་གད་མོ་
དགོད་བཞིན་ཕན་ཚུན་ལ་དམ་དུ་འཁྱུད་ནས་ཆུ་འབྲམ་གྱི་སེར་
ཆེན་མེད་ཀྱི་གྲོ་སྒྲིན་པར་འཕགས་ཚུར་འཕགས་ཀྱིས་
བརྩེ་སེམས་ཀྱི་འོ་མའི་རྒྱབས་སྤེང་ཆུ་ཕན་འདིའི་རྒྱན་བཟང་གི་
བཞུར་གྲུ་དང་བསྐྱོད་ས་ནས་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་འདྲེས་པའི་མགོ་
བརྩམས། འཕྲད་མ་ཆུང་པའི་ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་ཕན་ཚུན་ལ་
གཅིག་དུ་འབྲིལ་ནས་འདས་ཟེན་པའི་ལོ་རྒྱུད་རྒྱུད་འཛུབ་ནང་
སེམས་ཁྱེད་དུ་སྤྱོད་པའི་ཐོལ་མེད་ཀྱི་སྤྱིང་གཏམ་ཡོད་ཆད་བྱང་
ཁོག་གི་མཐོང་ས་ཀྱི་བརྟོན་ཏེ་གཅིག་གཅིག་ལ་བརྟོན་པའི་ཉེར་
བརྟོགས་ལ་ཞུགས། ཡུད་ཅམ་ཞིག་གི་རྩིས་ལ་ཅི་བྱུང་དང་གང་
བྱུང་ཆ་མ་འཛལ་ལྟོ་མཐའ་ནས་སྤྱིན་ནག་གི་དྲིལ་ལོག་རྒྱག་
བཞིན་གཡལ་དག་པའི་སྒྲོ་བསངས་མའི་དོས་ཡོངས་རྩོགས་
ཁེབས་ལ་ཉེ། མོ་བྱར་དུ་གཡུ་འབྲུག་གི་རར་སྒྲ་ཡང་ལྷེར་ལྷེར་
ཐུགས་བྱུང་། བརྩེ་དུང་གི་དྲ་རྒྱ་རྒྱུད་པའི་ན་གཞིན་བྱུང་ད་
དུང་སྤྱོད་པས་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་མེད་ཀྱང་ཞེ་ནག་པའི་དབྱར་
གསུམ་གྱི་གནམ་མོའི་བར་ཆད་ཀྱིས་མི་འགྲོ་ཀ་མེད་བྱུང་སྟེ་ཕན་
ཚུན་གྱི་ལག་སྟོར་དུ་བའི་མདུད་རྒྱ་མགོལ་བར་འགྲོས་མཉམ་
གྱི་གོམ་ཁ་ཕྱིར་སྒྲོབ་གྲུའི་ཕྱོགས་སུ་བརྒྱུར།

བཞི་པ།

ཆར་པ་ཟེམ་ཟེམ་ཞིག་འབབ་ཀྱིན་ཀྱན་གསལ་སྟེག་མོའི་དོས་
ཡོངས་ལ་ཆར་སྤྱིན་གྱི་ཡོལ་བས་གཡོགས་ཏེ་ཉིན་བྱེད་དབང་པོ་
ཡང་གར་རིའི་ཕྱག་ལས་ཆད་གང་ལ་སྤྱོད་པས་ཡོད་པའང་མི་ཤེས།
སྒྲོབ་གྲུ་འདིར་དབྱར་ཁའི་གྲང་གསེང་བཏང་ཏེ་སྒྲོབ་གྲོགས་ཆོས་
དཔེ་ཁྲག་རེ་རྒྱབ་དུ་ཁྱེད་ནས་ཕན་ཚུན་ལ་བདེ་མོ་ཞིས་ཀྱིས་བྲལ་
གྱི་ལག་བདེ་གཏོང་བཞིན་རང་རང་འགྲོ་སའི་ལམ་ཕན་ལ་ཞུགས་

ཏེ་རང་ཡུལ་དུ་ཆས་འདུག ལྷན་གྲུབ་ཡང་གྲོང་པ་གཅིག་པའི་
སྒྲོབ་གྲོགས་ཆོ་དང་ལྷན་དུ་གཞུང་ལམ་གྱི་སུམ་མདོར་སྤྱོད་པས་
ནས་པ་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་པའི་འགྲུལ་བཞུད་རྒྱུ་རྒྱུ་འཁོར་
ལ་སྤྱོད་ཀྱིན་འདུག ཡིན་ནའང་ཁོའི་རེ་བའི་སེམས་པས་ད་དུང་
སྒྲོབ་གྲུའི་ཕྱོགས་ལ་འཐེན་པའི་ལམ་ཕན་ལ་སྤྱི་མིག་ལྟ་བཞིན་
མཆིས། སྐབས་ཞིག་ལ་གཡུ་སྒྲོན་ཡང་ཁོ་ཆོའི་འཛིན་གྲོགས་
ཀྱི་བུ་མོ་འགའ་དང་ལྷན་དུ་རྒྱུངས་འཁོར་ལ་སྤྱོད་ཕྱིར་གཞུང་
ལམ་གྱི་སུམ་མདོ་དེར་སྤྱོད་པས་ཡོང་། ཡིན་ཡང་ལྷན་གྲུབ་དང་
ཁོ་ཆོའི་འགྲོ་ཕྱོགས་མི་གཅིག་ ཁོ་མོས་བྱར་མིག་གི་དུང་བརྟོན་
ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་གདོང་ལ་ཡང་ཡང་འཕེན་བཞིན་འབྲལ་མི་ཡོད་པའི་
ནམ་འགྱུར་ཀྱིས་ཁོའི་གམ་དུ་སྤྱོད་པས་ཏེ་འཇམ་མཉམ་གྱི་ལག་བྱུང་
གཉིས་དམ་དུ་རྒྱུར། “དྲོ་དྲོ” ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་པ་ཡུལ་སར་
འགྲོ་བའི་རྒྱུངས་འཁོར་སྒྲོ་བྱུར་དུ་སྤྱོད་པས་ཡོང། སྒྲོབ་གྲོགས་
ཆོས་མདུན་བསུས་ཏེ་གང་སྤྱུར་ཀྱིས་ནང་དུ་བྱུང། ལྷན་གྲུབ་
ཀྱིས་མཛེས་ཞལ་གྱི་མིག་མཐར་མཆི་མ་འབྲིལ་པའི་ཁོ་མོའི་
གདོང་ལ་བརྟེན་བཞིན་ལག་སྟོར་འདབ་མ་མཛུབ་ཅེ་ལས་དལ་བར་
སྒྲོད་དེ་གཡུ་སྒྲོན་“བདེ་མོ” ཞེས་ཀྱིས་ཆོག་བརྟོན་ནས་ཁོ་ཡང་
རྒྱུངས་འཁོར་ལ་བྱུང། མཐའ་འཁོར་གྱི་སྒྲོབ་གྲོགས་ཆང་མས་
བདེ་མོ་ཟེར་བཞིན་ལག་བདེ་ཡང་ཡང་གཡུགས། རྒྱུངས་འཁོར་
ཡང་ལྷེར་སྒྲུ་དང་བཅས་འགྲོ་མགོ་བརྩམས། ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་
སྤྱོད་ཁྱེད་ལམ་ཕྱིར་བརྟེན་བྱས་དུས་ཁོ་མོ་ད་དུང་གཞུང་ལམ་གྱི་
གྲུ་བྱུར་ན་དུ་མ་འཇུག་ཀྱིས་ཀྱིས་བྲལ་གྱི་ལག་བདེ་གཏོང་བཞིན་
མིག་རྒྱུའི་དོག་སྤང་གི་མཆོངས་གར་ཅེན་པའི་མིག་བྱུང་ཁོ་ལ་
ཅེར་བཞིན་རྒྱུང་རིང་ནས་རྒྱུང་རིང་དུ་རྒྱག་སོང་། རྒྱང་མདོག་
གི་ཞིང་ཁ་འཕྲེད་ཀྱིས་བཅད་པའི་ཁོད་ཡངས་པའི་གཞུང་ལམ་
སྤྱོད་རྒྱུངས་འཁོར་བྱུ་འཕྲུར་བ་རྒྱར་རྒྱགས་ཤིང་ཕྱོགས་འདུས་
ཀྱི་མགོན་པོ་ནམས་དང་སྒྲོབ་གྲོགས་ཆོ་རང་རང་གི་རྒྱབ་སྟེགས་
སྤྱོད་ལ་ལ་གཉིད་ལ་རོལ་བ་དང་ལ་ལས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ལ་རྒྱང་

བཟུང་། ལ་ལས་ཕན་ཚུན་ལ་བ་སྒྲེང་བྱེད་བཞིན་འདུག ཕལ་
 ཆེར་རྒྱང་ས་འཁོར་ཕྱིན་ནས་ཚུ་ཆོད་གསུམ་ཙམ་འགོར་བེན་པ་
 འདྲ་དུས་མཚུངས། ཉོཏུ་.....ཉོཏུ་.....ཞེས་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱིས་
 ཅིང་བད་བརྒྱབ་པས་མགོན་པོ་ནམས་ཀྱང་གཡོ་འགྲལ་རྒྱག་
 བཞིན་སྒྲུ་ཁྲུང་གི་ཕྱི་རོལ་ལ་མིག་བྱང་གཡེང་། ལམ་འགྲམ་
 གི་སྒྲང་ཁྲག་ན་ལྷག་ཁྲུ་ཞིག་རྒྱང་ས་འཁོར་གི་དྲུང་སྒྲར་འདྲོགས་
 ནས་ཕྱོགས་ཡར་མར་ལ་ཞོལ་འདུག ད་ནི་ཕ་ཡུལ་ཅེ་གཞུང་
 གི་ས་ཆར་སྒྲེབས་ཡོད་པས་ནམ་མཁའ་ཡང་ཞོགས་པ་དང་མི་
 མཚུངས་པར་གཡའ་དག་ཅིང་སྒྲ་མེང་སྒྲོབ་གྲོགས་ཆོས་ཀྱང་
 རྒྱང་ས་འཁོར་གི་སྒྲུ་ཁྲུང་ལས་མཐའ་ཡས་པའི་རྩ་ཐང་ལ་རྒྱང་
 བཟུང་བཞིན་ཁྲུ་ཆེལ་ལེར་བཞད་པའི་མེ་ཏོག་དང་རྟ་ཞོར་ལྷག་
 གསུམ་སོགས་ཆེས་མཛེས་ཤིང་སྒྲིད་པའི་དུས་ཆོགས་འདིར་སྒྲོན་
 པ་བྱེད་བཞིན་ཡིད་ཀྱི་དགའ་སྒྲོའི་མེ་ཏོག་གི་འདབ་མ་རྒྱག་པོར་
 གྲོལ་འདུག རྩུན་གྲུབ་ཀྱིས་ཀྱང་རི་ལུང་འདྲིའི་ཡོད་ཆད་ལ་རྒྱང་
 གཟེགས་བྱེད་བཞིན་ “ཕ་ཡུལ་ཨ་ཕ་ཡུལ། རྩ་ཐང་ཨ་རྩ་
 ཐང་། ངས་ད་བར་ཉོགས་མ་བྱུང་། ཁྱེད་ནི་དངོས་གནས་ཅི་
 འདྲའི་མཛེས་པ་ལ། ནམ་ཞིག་གི་ཆོག་ཡུ་སྒྲོན་དང་རེད་གཉིས་
 ཁྱོད་ཀྱི་པང་བར་རྩུན་འཛོམས་ཀྱི་གོ་སྐབས་བྱུང་དུས། ཁྱོད་
 ཀྱི་འདི་རྩུར་རེད་གཉིས་ལ་རྟེན་འབྲེལ་ཞུ་ཆེད། མེ་ཏོག་དང་
 རྟ་ཞོར་ལྷག་གིས་བསུ་མ་དང་གཡུ་སྒྲར་དང་སྒྲེ་ལེབ་ཀྱིས་སྒྲེལ་མ་
 མཛད་རོགས་”ཞེས་ཆོག་ལ་བ་རྒྱབ།

ལྷ་པ།

རྩ་ཐང་གི་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་ཅིང་རི་ལུང་ལ་ལྷ་རྒྱུ་མཛོད་གི་
 གི་ན་བཟས་གཡོགས་ཏེ་སྐབས་གསུམ་གི་ཡུལ་གནས་འདིར་
 བཀོད་པ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས། ཡུལ་གྲོང་འདྲིའི་དྲུད་བྱིས་
 རེའི་དཀར་ཁུང་ནས་དུ་བ་སྒྲུ་རྒྱང་འཕྲར་ཞིང་སྒྲེས་མཆོས་
 རྒྱུ་པོ་རེ་རྒྱབ་དུ་ཁྲུར་ནས་རྩུ་ར་ར་རྩུ་བ་འཕྲུ་བ་དང་། ཕྱགས་

རྩེ་ཆོའི་བཞོན་པ་ནམས་ཀྱང་ད་དྲུང་རྩུས་འདབ་ན་བཏགས་འདུག
 རྩུན་གྲུབ་ཀྱང་རང་ཡུལ་དུ་སྒྲེབས་ནས་གཟའ་འཁོར་གཉིས་ཙམ་
 འགོར་བེན་ལ་ཁོས་ཀྱང་ཉིན་རྒྱུན་ལྟར་དེ་རིང་ཡང་ཁོ་ཆང་གི་
 གཡས་བྱར་གི་དེའུ་འཕྲར་རྒྱང་རྒྱང་དེའི་སྒྲང་ན་དཔེ་དཔེ་བཅིག་
 ལག་དུ་བཟུང་ནས་ནང་ས་སྒྲོང་བྱེད་བཞིན་མཆིས། མཆོམས་
 བྱིག་ལ་རུ་སྒྲར་དེའི་མདུན་ངོས་ཀྱི་ཉག་ཁའི་ལམ་ཕན་དེད་ནས་
 རྟ་བཞོན་ཞིག་གང་མུར་གྱིས་བྲིམ་ཆང་རེའི་སྒྲོ་ཉལ་བྱེད་བཞིན་
 གཡས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལམ་ཕན་ལ་ཞུགས་ནས་པ་གིའི་རུ་སྒྲར་གི་
 ཕྱོགས་སུ་ཤར་མར་རྒྱགས། དེར་བརྩུན་སྒྲིང་འཇགས་ཀྱི་ཡུལ་
 ཁྲོང་འདི་གཉིད་ལས་དྲོགས་པ་རྩུར་མི་ཆང་མ་བྱང་བྱིད་དུ་གྱུར།
 ནམ་རྒྱུན་ཡིན་ན་རྩུན་གྲུབ་རང་འགྲལ་གྱིས་ནང་དུ་མ་ལོག་པར་
 ཁོ་འཕོད་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་རིང་ཕུ་བོ་བསམ་གྲུབ་ཀྱིས་
 འཕོད་པའི་ལག་བད་གཡུགས་པས་ཁོས་ཀྱང་དེ་རིང་དོན་རྒྱུན་
 ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ་ཅི་ཡིན་སྐམ་ནས་དོགས་མི་བདེ་བའི་ངང་
 རང་བྲིམ་དུ་ལོག་བཟའ་མི་ཆང་མས་ཞོགས་ཇ་འཕྲང་བཞིན་
 འདུག ཕུ་བོ་བསམ་འགྲུབ་ཀྱིས་རྩུམ་པ་བཞི་ཞོར་གདོང་ལ་འཇུ་མ་
 ཞིག་ལངས་ནས་“ཕ་ཡེ་.....རྩུན་གྲུབ་ཁྱེད་དམག་ལ་འགྲོ་དགོས་
 མགྲོགས་པོ་ཞོགས་ཇ་འཕྲང་” ཞེས་ཀྱུ་རེའི་ཚུལ་དུ་བཤད།
 ཁོས་ཅི་ཡིན་དམ་གོ་བར་ཅི་ཞིག་རེད། རྟ་བཞོན་ཞིག་ཡོང་བ་
 དེ་ཅི་རེད་ཅེས་དྲིས། ཕ་ཆེ་རིང་གི་གདོང་ལ་ཁྱོ་ཉམས་དང་བཅས་
 སོར་ཆད་ཀྱིས་བཅད་པའི་རྩུམ་རྩོག་ཞིག་ཕྱར་ཕྱར་གདོང་བཞིན་
 སོག་པོ་ལ་སྒྲེ་ཆོས་དམག་ཆོགས་བརྒྱབས་ནས་ང་ཆོའི་དྲུར་
 མཆོར་བཟུང་འདུག་ཟེར། དེའི་ཕྱིར་ང་ཆོ་ཡང་དམག་ཆོགས་
 རྒྱག་དགོས་པས་ཁོ་བདེ་རྒྱག་པར་ཡོང་བ་རེད། དེ་རིང་གི་ཉིན་
 འདིར་སྒྲེས་པ་ལོ་བཙོ་བརྒྱད་ཡན་དང་ལོ་ལྷ་བརྩུ་མན་དམག་ལ་
 མ་ཡོང་ན་ཉེས་ཆད་དག་པོ་གཙོད་ཀྱི་ཡིན་ཟེར་འདུག ཕུ་བོ་
 བསམ་གྲུབ་ཡང་དམག་ལ་འགྲོ་དགོས་པས་ཁྱོད་ཕྱགས་འཛོལ་བར་
 སོང་ཟེར། བསམ་གྲུབ་ཀྱིས་“ད་ཕྱགས་ཇ་འཕྲང་ནས་མགྲོགས་

པོ་སོང་ཕྱགས་གཞན་ལ་འདྲེས་པར་མ་འདྲག་ཟེར་བཞིན་མའི་
ལ་གཞི་མེ་མདའ་ཆུར་ཐངས་ཏེ་ལག་པས་སྤྱི་བྱེད་ལག་འབྱེད་
བཞིན་ཕྱབ་དུ་ཁྱར་ནས་མ་སྒྲོར་བྱེད་དེ་མའི་གྲུ་ཐུར་ན་བཏགས་
པའི་ན་སྤྱི་ཆུང་དམར་ལ་བཞོན་ནས་མདུན་སྤྱོད་གས་ཀྱི་ཉག་ཁའི་
ལམ་ཐུན་བརྒྱན་ནས་སོང་། རྒྱན་གྲུབ་ཀྱིས་ཞིགས་ར་བཏུང་
ཏེ་དཔེ་དེབ་ཅིག་རུ་མ་དུ་བརྒྱག་ནས་ཕྱགས་ཆེས་བསྟེགས། ཁོ་
ཆུང་དུས་ནས་སྒོ་བ་གྲར་སོང་བའི་རྒྱན་གྱིས་ཕྱགས་ཐོག་འཆོ་
སྒྲུངས་མ་ཤེས་པར་ཉིན་འདི་ཉི་ཤེས་པོར་དཀའ་ལས་བརྒྱབས་ཏེ་
ཐན་རུ་མ་དུ་བརྒྱག་པའི་དཔེ་དེབ་ལ་ཡང་བརྒྱ་ཁྲི་མ་བྱུང་།
ཡིན་ནའང་ཐབས་བརྒྱ་རྩ་སྟོང་གིས་ཉིན་འདིའི་ཕྱགས་ཐོག་
འཆོ་སྒྲིང་གི་བྱ་བ་མཐུག་ཆོགས་བྱབ་བྱས། སྤྱི་ཉིན་ཡང་ཁོ་ཐང་
ཆད་ཡོད་ནའང་མི་འགྲོ་གཞེད་བྱུང་སྟེ་ཕྱགས་ནམས་དེད་ནས་
རི་མགོར་སོང་། རུ་བསྐྱར་འདིའི་སྤྱིས་པ་ཆོ་དམག་ལ་སྤྱིན་རྒྱུན་
བྱིས་པ་འགའ་དང་སྤྱིས་མ་འགའ་འདི་བྱར་ཆ་བཟུང་ནས་ཕྱགས་
ཁྱུ་རེ་དེད་ནས་རི་མགོར་ཆས་བཞིན་འདུག དུས་མཆུངས་སུ་
མདུན་ངོས་ཀྱི་རི་བརྒྱན་དེའི་ཕ་རོལ་ནས་མེ་མདའི་སྐད་བརྒྱན་
མར་གྲགས། རུ་བསྐྱར་འདིའི་སྤྱིས་མ་ཆོ་དང་ལོ་ལོན་འགའ་
རེ་བཅུ་བཅུ་གིས་མི་ཆང་འགའ་འདི་སྒྲོར་ཆོགས་ཏེ་མེ་མདའི་
སྤྱ་གྲགས་པའི་སྤྱོད་སུ་བརྒྱས། རྐྱེད་འདགས་ཀྱི་ཞིགས་པ་
འདིར་ཡུལ་གྲོང་འདི་བཅུ་བཅུ་ཡང་ཡོང་དུ་གྱུར། ཕྱགས་ཆེ་
ཆོས་ཀྱང་ཕྱགས་ཐོག་ཆུང་རིང་དུ་མ་དེད་པར་སྤྱིར་རུ་བསྐྱར་
ཀྱི་ཉེ་འདབ་སུ་བསྐྱེལ། མེ་མདའི་སྐད་གཅིག་རེ་གཉིས་རྒྱན་
མ་ཆད་པར་གྲགས་ནས་ཕལ་ཆེར་སྤྱོད་ཡོལ་ནས་ཉིན་གྲུང་བཅོ་
ལ་ཉེ། སྐབས་ཞིག་མདུན་ངོས་ཀྱི་ཉག་ཁ་ནས་སྤྱི་མི་གཅིག་རེ་
གཉིས་རེ་སྤྱིར་རུ་བསྐྱར་འདིའི་ནང་དུ་སྤྱོད་པས་ཡོང་། སྤྱི་མི་དུ་མ་
ཞིག་རྒྱན་གྲུབ་ཆང་དང་ཁ་གཏད་དུ་སོང་། རྒྱན་གྲུབ་ཀྱི་ཕ་མ་
གཉིས་དང་བསམ་གྲུབ་ཀྱི་ཆུང་མ་བཅས་གཅིག་ཆེས་གཉིས་
མཐུད་དུ་ཁོ་ཆོའི་གམ་དུ་རྒྱགས། ཁོ་ཆོ་འགྲོ་འགྲོས་དང་ནམ་

འགྱུར་ལ་དཔག་ན་དོན་རྒྱུན་མི་ལྷགས་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་འདྲ།
ད་དུང་ཁོ་ཆོའི་ནང་དུ་སྤྱི་མི་ཞིག་གི་པར་དུ་མི་ཞིག་བསྐྱོར་ནས་
ཁོ་གཉིས་ཀྱི་བཞོན་ན་ཡང་གཞན་ཞིག་གིས་བྲིད་འདུག རྒྱན་
གྲུབ་ཀྱིས་འདི་དག་མཐོང་བས་ཕུ་བོ་ལ་མས་སྒྲོན་བྱུང་བ་ཡིན་
ནམ་སྒྲམ་ནས་སྤྱོད་མས་མ་བདེ་པར་སྤྱིར་ཆུང་ཡུ་གྲུ་ཐུང་བ་རྒྱར་
གང་ཐུར་གྱིས་ཡུལ་ལ་རྒྱགས། ཁོ་ཆོང་གི་མ་མཐར་སྤྱོད་པས་
དུས་ནང་དུ་དུ་སྐད་ཀྱིས་ཁེངས་འདུག རྒྱན་གྲུབ་ཀྱི་མགོ་མཐུག་
མེད་པར་ཆ་བེར་རེ་གྲུར་ནས་རང་ལུས་རང་ལ་སྤྱོད་པ་ཡང་
མི་ཤེས་པར་གྱུར་ནས་མའི་ནང་དུ་འདྲེལ། ཨ་ཁ་ ཕུ་བོ་བསམ་
གྲུབ་ཀྱི་ལུས་ཡོངས་ཆོགས་ཁྲག་གིས་ཁེངས་ནས་མའི་ལ་གིན་
སྤྱིས་པ་འགས་བསྐྱོར་འདུག། རྒྱན་གྲུབ་ཀྱིས་ ཨ་ཕ་.....ཞེས་
དུ་སྐད་དང་བཅས་ཁོའི་ལུས་ལ་འཐམས། བསམ་གྲུབ་ཀྱིས་
ཁྲག་གིས་བཅིས་པའི་ལག་པ་རྒྱན་གྲུབ་ཀྱི་ལག་མགོར་འདྲེས་ནས་
རག་འདར་མ་འདར་གྱིས་“རྒྱན་གྲུབ་.....ཁྱོད་ཀྱིས་བྱིས་ཆང་
འདི་བཟུང་ནས་ནས་འཁོགས་ཀྱི་ཕ་མ་གཉིས་”ཞེས་ཆོག་མཐུག་
མ་ཆོགས་པར་དཔྱགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཆང་། མའི་ནང་དུ་དུ་སྐད་སྐར་
ལས་ཆེ་རུ་གྱུར། ཁོའི་མ་གཞན་ཡང་དན་མེད་དུ་བརྒྱལ།

དུག་པ།

གཟུང་འཁོར་གསུམ་རི་མ་གྱིས་འདས་ཏེ་རྒྱན་གྲུབ་ཀྱི་སེམས་
ངོགས་ལ་སྤྱག་གི་ཁྱར་པོ་ཞིག་ཁྱར་ནས་ནམ་རྒྱན་ཁོ་དང་མི་
འབྲལ་བའི་དཔེ་དེབ་དང་བྲལ་ནས་ཕྱགས་རིང་ནར་ནོར་རེ་
འཐེན་བཞིན་སྤྱོད་ཕྱགས་གི་སྤྱག་ཆེས་དེད་ནས་ཉིན་མཆུན་ཀྱི་དུས་
ཆུགས་མོད་པོ་དཀའ་སྤྱག་གི་རལ་ཚོ་ལ་གྱིས་བསྐྱེལ་འདུག། ད་
ཆ་དབྱར་ཁོའི་གྲང་གསེང་བཏང་ནས་སྤྱིར་སྤྱོད་མགོ་ཡང་ཆུགས་
ལ་ཉེ། ཉིན་འདིའི་ཞིགས་པར་ཕ་གཞ་ཆེ་རིང་གིས་ཕྱགས་རིང་
ཞིག་འཐེན་ནས་འོ་ར་མངར་མོ་དུབ་རེ་འབྱུང་བཞིན། “རྒྱན་
གྲུབ་.....ད་སྤྱོད་གྱ——ཡང་ཆོགས་ལ་ཉེ་བས་དེ་རིང་ནས་བཟུང་

ཁྱེད་རང་ཕྱགས་འཛོ་རུ་འགྲོ་མི་དགོས་རང་ཁྱིམ་དུ་ངལ་གསོ་
ཚུབས། ང་ཕྱགས་ཇི་ལ་འགྲོ། ཁྱེད་རང་སློབ་གྲུ་སོང་ནས་
རང་ཉིད་ཀྱི་མདུན་ལམ་ལག་པོ་ཞིག་ཡོང་ཅི་ཐུབ་ལ་སློབ་སྦྱོང་
དུར་ཐག་འབད་ཐག་ཕྱེད་དགོས། འུ་ཅག་བཟའ་མི་ཆང་མའི་
མགོ་ལ་སྐྱག་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོང་བ་སྡོན་བསགས་ཀྱི་ལས་རེད།
སྤྱོད་དང་ཕྱ་རྒྱུད་གཉིས་ལའང་ཕྱ་ཐོག་ཕྱེད་ཀ་ཐུད་ནས་ཕྱིར་
ཨ་ཁང་ཆང་ལ་སློང་རྒྱ་བྱས་ཡོད། སྤྱིར་ཡིན་ན་ཕྱ་བཟང་པོའི་
དྲིན་གྱིས་ངེད་ཀན་ཀོན་གཉིས་ནས་ཆེ་སྡོད་ལ་སྤྱིད་ཅིག་ཀྱག་ཐུབ་
རྒྱ་རེད་བསམ་ཡོད། བསམ་ཡིད་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ་ཕྱ་རབ་
པོ་ཡང་ལག་ནས་ཤོར་སོང་། ཁྱེད་རྒྱུད་དུས་ནས་སློབ་གྲུ་སོང་
རྒྱུ་ཕྱགས་ཐོག་འཛོས་ནས་འཛོ་བ་སྦྱོང་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད། དེ་
བས་ལུ་མཐུད་དུ་སློབ་གྲུ་འགྲིམ་ནས་རང་གི་མདུན་ལམ་
འཛོལ། རེད་ཀན་ཀོན་གཉིས་ནས་ཚུགས་ཆོད་ཀྱིས་ཕྱགས་ཐོག་
འདི་ཆོ་འཛོ་ཁུལ་ཕྱེད། ལུས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་དུས་རེད་གཉིས་
ཀྱང་རྒྱན་འདུག་དུ་བཟུང་ནས་མ་ཁི་རེ་འདོན་ཅི་ཐུབ་བྱས་ནས་
མི་ཆེ་མཇུག་རྩོགས་ཐུབ་ཕྱ་རྒྱ་ཡིན་”ཞེས་སེམས་པ་སློབ་ས་
ཁེངས་བཞིན་བཤད། ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་མགོ་པོ་ནང་དུ་དྲུད་ནས་
མིག་མཐར་མཆི་མ་འབྲིལ་དེ་ཕུ་བོ་འདས་ཁའི་ཁ་ཆེམས་ཡིད་
ལ་ཕྱ་ལེར་ཤར་དེ། “ང་.....སློབ་གྲུ་འགྲོ་རྒྱ་མིན་”ཟེར་བཞིན་
མགོ་པོ་སྤར་རྒྱར་དྲུད་ནས་བཟུང། མ་ཀན་གྱིས་མིག་ཟུང་གི་
མཆི་མ་ལག་པོའི་ལྷག་རྒྱལ་ལ་ཕྱི་བཞིན་ཨ་མས་..... “སློབ་གྲུ་
སོང་། རེད་གཉིས་ལ་སེམས་ཁྱར་ཕྱེད་མི་དགོས། ད་རེད་གཉིས་
ལ་ཁའི་ཉི་མ་འདྲ་བོ་རེད་རེད་གཉིས་ཀྱི་རྩེས་ལ་ཁྱེད་རང་དཀྱའ་
ངལ་རྒྱུད་གི་རེད། དེ་བས་ལུ་མཐུད་སློབ་གྲུ་སོང་”ཟེར། ལྷན་
གྲུབ་ཀྱིས་དཔར་དུ་སློབ་སྦྱོང་ལ་དུར་བརྩོན་བྱས་པའི་གྲུབ་འབྲས་
དང་སྡོན་ཆད་གཡུ་སྡོན་དང་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་མདུན་
ལམ་གྱི་གསང་གཏམ་ཕུ་བོ་འདས་ཁར་བཤད་པའི་ཁ་ཆེམས་པ་
མ་གཉིས་ཀན་འཁོགས་ཡིན་པ་སོགས་ཡིད་ལ་ཤར་ནས་སེམས་

ངོགས་ལ་སློབ་གྲུ་དང་གི་ཟུག་གཟེར་ལངས། ཡིན་ནའང་དྲིན་ལྷན་
གི་པ་མ་གཉིས་བསྐྱར་མ་སོང་པར་ཕུ་བོའི་ཁ་ཆེམས་དང་སྒྲངས་
བྱས་དེ་སློབ་གྲུ་མི་འགྲོ་བའི་སེམས་ཐག་བཅད་དེ་ད་བར་དུ་
སློབ་གྲུ་བསྦྱོད་པའི་གྲུབ་འབྲས། གཡུ་སྡོན་དང་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་
ལས་དབང་བཅས་བརྟེན་དཀྱའ་བའི་སེམས་གཏོང་གི་ཟུག་གཟེར་
དུ་ཉར་ནས་དོ་མི་མཉམ་པའི་མི་ཆེ་གཞན་ཞིག་གི་འགོ་རྩྭ་གས།

བདུན་པ།

ཉིན་ཞག་གི་དུས་ཆོད་རིམ་གྱིས་འདས་ནས་རྒྱ་བ་གཅིག་ཙམ་
འགོར་ཟིན། ཡུལ་གྲོང་འདིའི་ཕྱགས་ཐོག་རྒྱམས་ཕྱིར་རུ་
འདབས་སུ་བསྐྱེལ་ནས་ཕྱགས་ཇི་རྒྱམས་རེ་རེ་བཞིན་རང་རང་
གི་མི་ཆང་དུ་སྡེབས་ཡོང། ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་ཀྱང་ད་སྐབས་ཕྱགས་
ཇི་བྱང་ཆ་ཅན་ཞིག་དང་མཚུངས་པར་ཕྱགས་ཐོག་རྒྱམས་རྒྱར་
དལ་བར་བསྐྱར་རྩེས་རང་ཁྱིམ་དུ་ལོག་ཡོང། སྐབས་དེར་སྡོན་
སློབ་རྒྱུད་སྐབས་ཀྱི་སློབ་གྲོགས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་གདོང་ལ་འཇུམ་
གིས་ཁེངས་དེ་རྒྱུར་ཡོང་ནས་..... ས་ཡེ་..... ལྷན་གྲུབ།

“ཁྱེད་ལ་ཡི་གེ་ཞིག་སྡེབས་འདུག་”ཟེར་བཞིན་རུམ་ནས་
ཡིག་ཤུབ་སྡོ་བྲ་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ཞིག་སྒྲངས་ནས་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་ལག་
དུ་བཞག། ལྷན་གྲུབ་སློབ་ཕྱིར་བའི་བྲེལ་སེམས་ཀྱིས། “ཨ་.....
སུ་རེད་ལལ་.....” “སུ་ཡིན་པ་དགོ་མ་སོང་། དེ་རིང་ང་རྫོང་
ཐོག་དུ་སོང་བ་ཡིན། ང་ཆོའི་ཀྱང་ཕྱིའི་ཨ་པ་སྐལ་བཟང་གིས་
ང་ལ་ཐུད་ནས་ཁྱེད་ལ་སློང་རོགས་ལལ་སོང་། ད་ལྟར་མོར་
ཁ་ཕྱེས་དང་། གཅིག་བྱས་ན་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱིང་སྐྱག་མ་ཡིན་པ་འདྲ་།
ད་ད་” ཟེར་བཞིན་ཕྱིར་ལོག་སོང་། ལྷན་གྲུབ་ཀྱིས་སྤར་དོ་
ཞིག་ལ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱས་ནས་བྲེལ་སེམས་ཀྱིས་ལག་ཟུང་འདར་
འདར་ཕྱེད་བཞིན་ཡིག་ཤུབས་གཤགས་ནས་ཡི་གེ་ཁ་ཕྱེས།

༡། ཁ་ཆང་སེམས་ཀྱི་ཞགས་ཐག་རིང་མོས་དམ་དུ་
བཅིངས་པའི་སྤྱིང་སྐྱག་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་དུང་དུ།

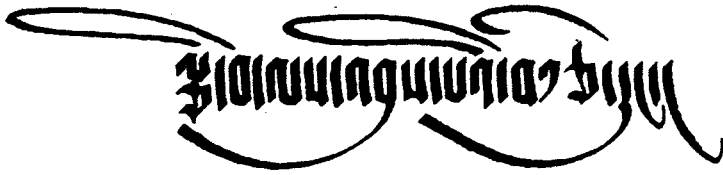
དེ་ལྟར་གྲིང་གི་མ་ཁ་མེས་སྒྲིག་པ་ལ་ཉར་ཏེ་རེ་སྒྲིག་གི་
སྒྲིག་དྲུང་སྐབས་རེར་མིག་ཚུ་དང་འདྲེས་པའི་བྱོད་ཀྱི་གཏན་
ཁྲིག་ས་གཤམ་སྒྲིག་ནས། བྱེས་ཁའི་ཉིན་མོ་དེར་རྒྱང་ས་འཁོར་
སྐུ་ཁྲུང་ལས་ཕྱི་མིག་ཅེར་བའི་བྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་རྒྱང་རིང་
དུ་ཡུལ། ང་ལ་རང་དབང་བུ་ལ་བའི་བྱེས་ཆབ་འབྲམ་བྱུར་ནས་
བཞུར་བ་ཉིན་དེའི་བྱོད་ཀྱི་སྒྲིབ་མ་མིན་རུང་དེས་འུ་གཉིས་ཀྱི་
བརྩེ་མདང་ལ་འབྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་ཆོག་སྐབས་དེ་ནས་ངས་
བྱེས་གདུང་གི་སྒྲིང་བ་བརྩེ་མདང་དུ་བཞག་པའི་སྟོར་གདུང་གིས་
མཚན་ཏེ་ཉིན་ཞག་གི་དུས་ཚོགས་མཛུ་བརྩེས་བྱས་ཏེ་མཇུག་
འཛོམས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་འབྲམ་ཚུ་ལྷང་བཞིན་ད་ལྟ་གཞི་ནས་
སྒྲིབ་འགོ་ཡང་རྒྱགས་ཟེན།

ང་ཚོ་འདྲིར་འཛོམས་དགོས་པའི་ཉིན་དེར་བྱོད་ལ་རྒྱས་
མངའ་བའི་རྒྱང་ལམ་དེར་ངས་རེ་སྒྲིག་གི་མིག་བྱུང་ཅེར་བ་
གངས་ལས་འདས། ཉིན་ཞག་སྟེ་འཁོར་གྱིན་འཁོར་གྱིན་ལོ་
རྒྱར་བྱུར། རེ་བཞི་སྒྲིག་གིན་སྒྲིག་གིན་སྒྲིག་དྲུང་དུ་འབྱུར་བ་
ཆོས་ཉིད་དུ་བྱུབ། དེ་ནས་བཟུང་ངའི་སྒྲིག་དྲུང་ནི་རྩ་ཁའི་ཡུ་
མོ་ལས་ཀྱང་རྒྱག་ཡིན་ནའང་ང་ལ་བྱ་བཅས་བུལ། ཐམ་བྱོད་
སྒྲིགས་ཀྱི་སྒྲིང་ཆ་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་གོ་ཐོས་མ་བྱུང་། ཉིང་རྒྱག་
ལགས། ཅིག་བྱས་ན་ང་ནི་བྱ་མོ་ལས་ངན་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཐང་
དངོས་གནས་བྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན། མ་གསང་བར་གོད་
དང་། བྱོད་ལ་ན་བ་འདྲ་བྱུང་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་དོན་རྒྱུན་
གཞན་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་མིན་རང་ཉིད་ཀྱིས་ད་བར་དུ་དགའ་
རྒྱག་གིས་སྒྲིབ་སྒྲིང་བྱས་པའི་བྱུང་བཅས་ཐལ་བར་བརྒྱགས་ནས་
བྲིམ་དུ་བསྟངས་ན་ཉིང་པོ་ཅི་ཡོད། རྒྱན་འུ་གཉིས་ཀྱི་ལྷང་མདོག་
གི་ནེ་འུ་གཉིས་ཀྱི་ལྷག་ནས་ ཨོ་ དེའི་སྒྲིང་སྒྲིང་མི་དགོས་བྱོད་
ཀྱི་མེས་སྒྲིང་ཉག་ཉག་ཡོད་དེས། ད་སྐབས་ངས་སྒྲིབ་བྱའི་རྒྱབ་
ངོས་ཀྱི་སྒྲིང་རིའི་འདབས་ན་ནངས་སྒྲིང་བྱེད་ཀྱི་མེད་ལ་བྱེད་
འདོད་ཀྱང་མི་འདུག ད་མང་པོ་མི་སྒྲིང་གཅིག་བྱས་ན་བྱོད་ཀྱིས་

ཉིན་འདོད་ཀྱང་མེད་ན་ཐང་། སྒྲིགས་གཅིག་ནས་ང་ནི་བྱ་མོ་
ཞིག་ཡིན་པས་འཛོན་ཐང་མེད་པ་དང་། གཉིས་སྒྲིགས་ནས་སྒྲིབ་
སྒྲིང་གི་ཤེས་ཆ་ད་ཞན་པས་ཡི་གེ་ཡང་ཡག་པོ་ཞིག་འབྲི་བྱུང་མ་
སོང་། བརྩེ་དྲུང་གི་ལས་དབང་སེམས་གཏིང་ལ་ཉར་ནས་རེ་
སྒྲིག་གིས་མི་ཆོ་མཛུགས་ཀྱི་ཉི་འཛིག་རྟེན་ན་ཆོས་སྒྲིག་དྲུང་
གི་མ་ཁ་ཞིག ཨ་ཨ་... དཀོན་མཆོག་གིས་མཁྱེན།

སྒྲིང་ཉེ་ལགས། མཆོམས་འདི་ནས་ངའི་མིག་ཚུ་བཞུར་
དགས་ནས་ཡུད་ཅམ་ཞིག་ལ་འབྲི་མཆོམས་བཞག་པ་དང་ཡིག་
སྒྲིང་འགའ་ཡང་མིག་ཚུས་བརྒྱན་ནས་ནག་སྒྲིབ་བྱང་སོང་།
ཡིན་ནའང་དེ་ནི་བྱོད་ལ་བཅིངས་པའི་བརྩེ་དྲུང་གི་དེ་ལྟ་གས་
ཤིག་ཡིན་པས་ཉེས་འགལ་ཅི་ཡོད། ད་མཆོམས་འཛིག་ བྱེ་
དྲོའི་འཛོན་བྱ་ཡང་ཆོགས་ལ་ཉེ། ཡི་གེ་འདི་སྒྲིབ་བྱའི་བྱེ་རོལ་
ཀྱི་སྒྲིང་རིའི་སྒྲིང་དུ་རེ་སྒྲིག་གིས་མཚར་བའི་བྱ་མོ་ངས་ཡིག་སྒྲིང་
རེ་དང་མིག་རྒྱའི་དོག་སྒྲིང་རེ་མཉམ་བསྐྱེས་ཀྱིས་སྟོར་ཅེའི་རྒྱས་
གར་དང་བཅས་ཉིན་གྱང་གི་ང་ལ་གསོའི་སྐབས་བྱིས། མཐར་
ཐུར་མཇུག་ཡོང་བའི་སྒྲིན་འདུན་དང་བཅས་རྒྱ་ཆོས་བཟང་པོར།
རྒྱན་བྱུང་ལ་དེ་སྒྲིབ་ཀྱི་མས་སྒྲིན་ཕོག་ཏེ་མིག་རྒྱའི་དོག་སྒྲིང་
རེ་བྱེ་བའི་གོང་བྱུར་ལ་འཛོར་བཞིན་རེ་ཐག་ཆད་པའི་ཤུགས་རིང་
གི་དངན་པ་དང་བཅས་སྒྲིག་དྲུང་གི་ནད་རྒྱིང་བྱང་ཁོག་ལས་
འཕར་ཏེ་དལ་བར་ཡར་ལངས་ནས་གོ་མ་པའི་འདེགས་འཛོགས་
ལས་དབང་ལ་བཅིངས་པའི་སྒྲིན་གཞི་སྒྲིགས་སུ་བསྒྱུར།

- མཆོན།
- ༡། ཡ་སྤེ་ ཨ་མདོའི་སྒྲིང་དུ་དམོད་སྒྲིང་ཀྱི་ཆོག་ཞིག།
 - ༢། ཨ་པ་ ཨ་མདོའི་སྒྲིང་དུ་ཕྱོ་བོ་ལ་ཟེར།
 - ༣། ཨ་ཞང་ཆང་ ཨ་མདོའི་སྒྲིང་དུ་མཚན་མའི་བྲིམ་ཆང་
ལ་ཟེར།
 - ༤། སྒྲིང་དོ་ སྒྲིང་ཙུ་སྒྲིས་པའི་ས་འབྱུར་ལ་ཟེར།



ཆེ་མཆོག་དེ་ཤི། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

སྒྲེང་གཞི།

འཛིག་རྟེན་མིའི་ལས་དབང་ཟེར་བ་འདི་ནི་སྐར་ཁའི་དར་
 རྩོག་ཅིག་དང་མཚུངས་པར། བྱེ་རོལ་རྩ་རྩེན་གྱི་རྩུང་དང་འཕྲད་
 ཆེ་རང་དབང་གི་གཏན་ཆོག་ས་ཤིག་གཏན་ནས་མི་འདུག་ཅིང་།
 མི་རེ་ལ་ལས་དབང་རེ་ཡོད་པ་ནི་སྒྲོས་མ་དགོས་པས། མི་སྤུ་
 ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ལས་དབང་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་མཐོང་མ་ཐག་རང་
 ཉིད་ཀྱི་འདས་ཟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མཆོག་མེད་དུ་ཕྱིར་དྲན་གྱི་རྩ་
 རྩུང་ཐེངས་གཅིག་དེས་པར་དུ་རྒྱག་དེས་ཡིན། ངའི་མིང་ལ་
 དོན་གྲུབ་ཟེར་ཞིང་། རྒྱ་བཟང་དང་དེད་གཉིས་ནི་རྒྱ་བཟང་འདིར་
 འོང་ནས་ལོ་གཅིག་ལྷག་འགོར་པའི་རིང་རྒྱ་བཟང་གི་གྲོགས་པོ་
 རྩེད་པར་གྱུར་ཅིང་། ཁོ་ནི་སྒྲོན་ཆད་བྲ་བ་ཡིན་ལ་རང་བྱིམ་
 ལ་དོན་རྩེན་ངན་པ་ཞིག་བྱུང་བས་སྤྱ་སར་མི་འབབ་ཀྱི་མེད་བྱུང་
 སོང་ཟེར། ཡིན་ནའང་ད་བར་དུ་ངས་ཁོ་ལ་དོན་རྩེན་ཅི་ཞིག་
 ཡིན་པའི་སྒྲོར་ནི་རུང་ཟད་ཙམ་ཡང་འདྲི་མ་བྱུང་ལ། ཁོས་ཀྱང་
 ང་ལ་ཆོག་ཟུར་ཙམ་ཡང་སྒྲེང་མྱོང་མེད། དེ་རིང་དེད་གཉིས་
 ཀྱིས་སོ་སོའི་པ་ལུ་ལ་གྱི་གནས་ཚུལ་སྒྲོར་འདྲེ་མིན་ཁ་བཅད་བྱས་
 ཏེ། མཆོམས་འདིར་སྤྲེལ་དུས་“ཁྱོད་ཆང་ལ་དོན་རྩེན་ངན་
 པ་ག་རེ་བྱུང་སོང་ངམ”ཞེས་ངའི་ཁ་ནས་རང་དབང་མེད་པར་
 མོར་ཤིས། ང་ལ་འདྲེ་ཞེད་སྒྲུང་རུང་ཙམ་སྤྲེལ་མོད། “ན་མོར་
 ན་འཛིན་ཐབས་ཡོད། ཆོག་མོར་ན་འཛིན་ཐབས་མེད།”ཅེས་
 པའི་དཔེ་ལྟར་བྱུང་བས་ཅི་མི་སྤྲོམ་པར་ཁོའི་གཏམ་ལན་ལ་སྤྱག་
 པསྒྲུང་པ་ཡིན། རྒྱ་བཟང་གིས་སྤྲོན་མ་སྤྱག་པོའི་འོག་གི་རྒྱུ་
 ཞིང་སྒྲོར་པའི་མིག་གཉིས་ཀྱིས་མདུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཅིག་ངོས་ལ་
 རྒྱར་པའི་མིག་རྩ་བཞུར་པའི་བྱིས་པའི་པར་དེ་ལ་བརྟུན་ཏེ།

བཅོན་རྩྭ་གས་ཀྱིས་མཆིལ་མ་ཐེངས་འགར་མེད་པ་དང་ཆབས་
 ཅིག་ཁོ་ལ་འདྲེ་མིག་རྩ་བཞུར་པ་ལྟར་བཞུར་ཞིང་། རྒྱར་
 ཆེ་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མི་ཐོན་པར་རེ་ཞིག་ལུས། ལུང་ཙམ་ནས་
 མིག་རྩ་བཞུར་བཞིན་བདག་གི་གདོང་ལ་ཅེར་ཏེ་འདི་སྒྲུང་བཞེད་
 སོང་། “སྤྱིར་ངའི་དོན་དག་འདི་མི་གཞན་ཞིག་ལ་མི་བཞེད་
 པའི་དམ་བཅའ་བྱས་ཡོད་ལ་བཞེད་འདོད་ཀྱང་མི་འདུག་ འོན་
 ཀྱང་དེད་གཉིས་སྤྱིད་སྤྱག་མཉམ་མྱོང་གི་སྒྲོས་བྱུང་གྱི་གྲོགས་པོ་
 ཆགས་སྤབས་ཁྱོད་ལ་གསང་དགོས་དོན་ཡང་མི་འདུག” ཅེས་
 ཁོང་གིས་སྤར་མེད་པའི་སྤྲེལ་པ་ཞིག་བསྒྲེད་ནས་ལོ་རྒྱུས་དེ་
 བཞེད་པའི་འགོ་བཅུགས།

གཅིག

ང་ནི་ངོ་མ་འཛིག་རྟེན་འདིར་སྤྲེལ་པའི་མི་ལས་ངན་ཞིག་རེད།
 ང་རང་ལོ་ངོ་དུག་ལ་བྱུང་པའི་སྤབས་དེར་བདག་གི་དྲིན་ཆེན་གྱི་
 མ་ལོ་དེ་འཛིག་རྟེན་འདི་དང་གཏན་བྲལ་དུ་སོང་ཞིང་། ལུ་ལ་
 དུ་ལུས་པ་ནི་ངའི་ཨ་པ་བརྟན་འཛིན་དང་གཅེན་པོ་དོན་ཁོང་ད་
 གསུམ་ལས་བྱུ་མོ་གཅིག་ཀྱང་མེད། ངའི་ཨ་མ་གཤེགས་རྩེན་
 ཡང་ང་རང་ལོན་རྒྱུང་བར་སོང་ཙང་། ངས་གསལ་ལ་གསལ་དག་
 དག་ཞིག་མི་དྲན་མོད། རང་ལུ་ལ་ལྷ་ཆང་སྤེ་པའི་ནན་ནོན་ཆང་
 མའི་བགད་པ་རྒྱར། གྲ་བདུན་ལོར་བདག་གི་པ་མ་གཉིས་དང་
 དེད་གསུམ་རྒྱ་སར་མཆོད་མང་ལ་དུ་ཕྱིན་ཏེ། རྒྱ་སའི་བྱིང་འཁྱག་
 ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་འཁལ་སྤབས། རྩ་མི་དམར་པོས་འཛིན་
 བཟུང་བྱས་ཏེ་བཀག་ཉར་བྱས་ཤིང་སྤར་མེད་མོང་པ་རེད།
 འགྲོ་རྟེན་སྤྱ་ཆང་སྤེ་པའི་མི་བཅུ་ཕྱག་ཅིག་ཡོད་པའི་ནང་ནས་

དེད་ཆང་གི་ཨ་མ་མ་གཏོགས་གཞན་ཆང་མར་ལག་དངུལ་
 འཕྲུགས་པ་དང་གཙུག་རྩུང་ཡིད་ཆོས་པ་རེ་བྱས་ཏེ། སྤྱིན་
 ཆད་ལྷ་སར་མཆོད་མཇུག་དུ་ཡོང་མི་ཆོག་པའི་ཁས་ལེན་བྱེད་
 ཏུ་བཅུག་པ་ལས་སྒྲིག་ཐོག་ལ་བབས་པ་གཅིག་ཀྱང་བྱུང་མེད།
 བདག་གི་ཨ་མ་ནི་རང་ལོ་སྐུམ་ཚུ་ལྟ་ལ་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་། ལྷ་ས་
 ཉམས་མེད་ལ་ཡང་ཆོ་མཛེས་པའི་རང་སྤྲེལ་བྱེད་གི་ཕོ་གསལ་
 ཀྱན་གྱིས་ཡིད་སེམས་ཤོར་ས་ཞིག་ཡིན་པས། ཁ་སྤྲོ་སྤྲོ་འབྲས་
 དག་རུ་ཡངས་ཏེ། ལྷ་སར་མ་ཐོན་པའི་ལམ་ཁ་ནས་ཀྱང་མགོ་
 ར་གཞུང་མ་གཏོགས་མེད་པའི་རྒྱ་དམག་ལམ་སྤྱང་བ་མང་པོ་
 ཞིག་གིས་བརྒྱས་བཅོས་བྱས་པས། བདག་གི་ཕ་གན་གྱི་ལག་
 པ་ལ་གཅིག་ལའང་མེ་མདའ་ཕྱོག་སྤྲེལ་མེད་དུ་གྱུར་བྱིན།
 ལྷ་བས་དེར་རོགས་པ་ཆོས་བཀའ་བྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོ་རང་འཆི་
 མ་དགོས་པར་སྤྱིར་རང་ཡུལ་དུ་འཁྱོར་ཀྱང་། ཨ་མ་མོ་རང་
 དེ་ཉིན་རྒྱ་དམག་སྤོར་ཞིག་གིས་ལག་གཉིས་ནས་དུད་དེ་ཆོ་རི་
 སྤྲོག་བཞིན་རྒྱུད་ས་འཁོར་ལྗང་སྤྲོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཅུག་པ་ནས།
 གར་སོང་འདྲིར་སོང་དང་གར་སྤོང་འདྲིར་སྤོང་གི་གྲིབ་མ་ཅམ་
 ཡང་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར། རེས་སུ་རང་ཡུལ་སྤྱི་ཆང་སྤྲེལ་
 བའི་མི་སྤོར་ཞིག་ཅུད་གཅོད་དུ་བཏང་སྤྲེལ། གཞིས་ཅེ་དང་པ་
 ལྷ་ས། ལྷ་བཞི་སོགས་དབུས་གཙང་གི་བཅོན་ཁང་མང་པོ་ཞིག་
 གི་ནང་རྒྱ་བ་གཅིག་ལྟ་ལ་བཅའ་མཐར་ཁོ་མོ་འཛིན་བཟུང་བྱས་
 པའི་མཆོན་མོ་དེར་ལྷ་བཞི་གཅོན་ཁང་ནས་རང་སྤྲོག་བཅད་
 འདུག་ལ། མཆོན་མོ་འདི་གཅིག་ཕུ་ལའང་བྱུང་མེད་བདུན་ཅུ་
 ལྟ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་བཞི་ཡིས་རང་སྤྲོག་བཅད་འདུག་ཟེར།
 འདི་ལྷ་ས་མོས་ང་ཆོ་ཕ་བུ་གསུམ་པོ་འཛིན་ཏེན་འདྲིར་བསྐྱར་ནས་
 ཁེར་རྒྱུད་དུ་ནམ་ཡང་འཇུག་མི་བྱུང་པའི་གནས་དེ་རུ་སྤྲོན་སོང་
 བ་ཟེད། ངའི་ཨ་མ་ནི་ཆོས་དད་ཏེ་ཅང་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། རྒྱུད་
 དུས་ནས་མ་ཁི་འདོན་རྒྱ་མཆོམས་མི་ཆད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད།
 ཕུ་བོ་དོན་ཁོ་དང་དེད་གཉིས་ལ་ཏེ་ཅང་གཅིས་པས་འཛིན་ཏེན་

ན་ངའི་ཨ་མ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་མྱོད་ཀྱི་མ་རེད། ལྷ་སར་འགྲོ་
 ཁར་ཡང་ཕུ་བོ་དོན་ཁོ་སྤྲོ་བ་གྱུར་འགྲོ་དགོས་སྤྲོད། མོས་སྤོར་
 མ་ཐོངས་པར་བྱིས་མཆོས་ཨ་ཁུ་དབང་ཆེན་ཆང་ལ་བཅོལ་
 ལྷ་བས་མིག་རྒྱ་གམ་གསུ་བཞུར་བ་དུང་ཡང་ངའི་མིག་ལམ་
 ལ་གསལ་ལེར་འཆར་གྱི་འདུག། དོན་ཀྱང་ཡིད་སྤྲོ་ཞིང་སེམས་
 ཡངས་པ་ཞིག་ལ་དེད་ཕ་བུ་གསུམ་པོས་ཁོ་མོའི་ཕུང་བོ་དེ་ལའང་
 བདག་གཉིས་བྱེད་མ་བྱུང་པས། དོན་རྒྱུན་འདི་དུན་ཐེངས་རེར་
 ངའི་ལ་རྒྱུད་གངས་དཀར་སེམས་གཏིང་ལ། ལྷ་ས་མེད་ཀྱི་རྒྱག་
 གི་ལུན་པ་ཞིག་འཐེབས་ཡོང་ལ། ལྷ་ག་བསྐལ་འདི་ནི་དྲངས་
 ཐབས་དཔེན་པའི་མི་ཆོ་གཅིག་གི་རྒྱག་བསྐལ་ཞིག་ཡིན་སྤྲེལ།
 ང་རང་ཡང་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་ཟེར་ན་བདག་གི་མང་པོ་
 ཞིག་མི་ཤེས་མོད། ཨ་མ་བྲིན་མོ་ཆོའི་བྲིན་ལན་གསལ་ཆེད་དང་
 ཨ་ཕའི་སེམས་སྤྲོ་བ་ཞི་ཆེད། དུར་སྤྲོ་གྲོན་པའི་རབ་བྱུང་བ་
 ཞིག་བཅོས་པ་ཡིན། དོན་ཀྱང་ཁོ་མོའི་དོན་དུ་ངས་དགེ་བ་མང་
 པོ་ཞིག་སྤྲོ་བ་མ་བྱུང་ལ། ཁོ་མོ་གཤེགས་ཁའི་ཁ་ཆེམས་ཤིག་
 ཡོད་ནའང་ཅི་མ་རུང་། ཞེས་ཁོས་སྤྱིར་དུན་གྱི་གཙང་བོ་དེ་རྒྱག་
 བསྐལ་གྱི་རྒྱ་མཆོད་དང་འདྲེས་ཤིང་། མིག་རྒྱུད་འདྲེས་བཅས་
 རྒྱན་མར་གྱུར་ཏེ་ཤུར་ཤུར་དུ་བཞུར་བྱུང་། ང་ལའང་རང་
 དབང་མེད་པར་མིག་རྒྱུད་ལས་མིག་རྒྱུད་ཤིག་པོ་རེ་སྤྲོ་བ་རྒྱུད་
 དེ་འབྲུག་སྤོང་སྤོང་ང་མར་འཇར་གྱིན་འདུག། ངས་རང་ཉིད་
 ཀྱི་རྒྱག་ཁ་འདྲིར་སྤྲོ་བ་ཁྲིམས་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཁོ་རྒྱག་ལ་སྤྲོར་
 སོང་སྤྲོ་མ་ནས་རང་སེམས་འགྲོད་པས་ཁེངས་ཏེ། རང་གིས་
 རང་ལ་ལེ་བདའ་ཞིག་བྱེད་པ་ལས་ཐབས་གཞན་མ་རྟེན། རེ་
 ཞིག་ལ་ཁོ་རང་དུ་ཤུམ་བྱས་ཏེ་ཁ་ནས་གཏམ་ཅི་ཡང་མ་ཐོན་འ
 ངས་ཀྱང་དངན་པ་རེད་པོ་ཞིག་འཐེན་ཞོར་“དེས་ན་བྱེད་རང་
 རྒྱ་སར་འབབ་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན།” ཞེས་བྲིས་པར། ལྷ་
 ཆ་འདི་ཐོས་མ་ཐག་ཁོའི་སེམས་སྤྲོ་བ་ཀྱི་དུ་སྤྲད་དང་ལྷ་ངན་ཕྱི་
 མིག་རྒྱུ་གཉིས་དུས་གཅིག་དུ་མཆོམས་ཆད་པར་གྱུར་ཅིང་

མདུན་ཅིག་སྤྱོད་གི་ཡུལ་དེ་སྤངས་ནས་གདོད་གི་མིག་ཆུ་ཕྱིས་
རྩིས་ཅུང་འདྲམ་པའི་ཉམས་དང་བཅས། “བདག་གི་ཕུ་བོའི་
མིང་ལ་དོན་གྲུབ་དབང་འབུམ་ཟེར་ཞིང་། གཅེས་མིང་ལ་དོན་
ཁོ་ཟེར། ཁོ་ནི་ང་ལས་ལོ་དྲུག་གིས་ཆེ་བ་ཡོད། བ་མ་གཉིས་
ཀྱིས་དཔལ་བོའི་མིག་དང་ཁོག་པའི་སྤྱོད་ལྟར་གཅེས་པར་མ་ཟད།
རིག་པ་ཤོད་ལ་གྲུང་ག་དོད་པའི་ཕྱ་གུ་སྤྱོད་རྩེ་བོ་ཞིག་ཡོད་པས།
ཨ་ཕས་ཀྱང་ཁོ་རང་སློབ་གྲུར་བསྐྱལ་ན་མདུན་ལམ་ལག་བོ་ཞིག་
རྟེན་པར་དགོངས་ཏེ་ལོ་བདུན་གྱི་སྤྱོད་ནས་སློབ་གྲུར་བསྐྱལ། ཁོ་
རང་སློབ་གྲུར་ཞུགས་པའི་ལོ་དེ་ནས་བཟུང་བྱ་དགའ་ཐོབ་པའི་
ཡང་རིམ་གསལ་ནས་ཆད་མ་སྤྱོད་ལ། ལྷག་པར་དུ་རྩོད་མི་རིགས་
སློབ་འབྲིང་ལ་རྒྱགས་སྤྱད་དེ་རྩོད་ཡོངས་ཀྱི་ཡང་དང་པོའི་བྱ་
དགའ་ཐོབ་པས། བ་མ་གཉིས་ཉེ་དང་། སྤེ་བཙོ་བ། ར་རྩ་
སློབ་གྲོགས་སུས་ཀྱང་བརྒྱགས་བརྩོད་ཀྱི་མེད་ཀྱི་མི་གཏོར་མཁུ་
གཅིག་ཀྱང་མེད། ཁོང་གི་བྱ་དགའི་རྒྱགས་དང་ཐམ་ག་བཀོད་
པའི་ཤོག་བྱང་དེ་དག་ཀྱང་དེད་ཆང་གི་མཆོད་ཁང་འགྲམ་གྱི་
ཅིག་ངོས་ལ་བང་རིམ་བཞུགས་སྤྱད་ཡོད་པས། མི་ཤུག་གཞིན་
སུ་ཞིག་སྤྱོད་པས་ན་འང་བདག་གི་ཕ་ཤུག་གིས་ངོ་མས་སོ་དང་བཅས་
སློ་ཉམས་ཆེན་པོའི་ངང་ནས་རེ་རེ་བཞིན་ངོ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཡིན།
དེད་གསུམ་ལྟ་སར་འགྲོ་བའི་ལོ་དེར་ཁོས་རྩོད་མི་རིགས་སློབ་
འབྲིང་ལ་རྒྱགས་འབྲོད་མ་ཐག་ཡིན་ལ། བདག་གི་མ་ཕྱིན་ཆེན་
དེ་འདས་པའི་ཉིན་ནས། ངའི་ཕུ་བོའི་འོད་སྤྱོད་འབར་བའི་མདུན་
ལམ་དེ་འང་བར་ཆད་ཀྱི་ཐོག་གིས་གཏོར་ཏེ། དུས་དེ་ནས་བཟུང་
སློབ་གྲུ་ཞེས་པ་དེ་ཁོའི་མིག་གི་མཐོང་ལམ་ནས་གདན་བུལ་དུ་
སོང་ཞིང་། སློབ་སྤྱོད་ཞེས་པ་འང་ན་བའི་ཐོས་ལམ་དུ་གྱུར་བའི་
གོ་སྐབས་ཏེ་ཅང་ཕྱ་བར་གྱུར། དེར་བརྟེན་ཁོའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་
གསེར་འཁར་དེ་ལྷན་ཕྱིན་གྱི་གད་སྤྱོད་ཁོ་དུ་མི་འཕེན་ཐབས་
མེད་བྱུང་སོང་ལ། ཤེས་ཡོན་སྤྱོད་འདོད་ཀྱི་རེ་བའི་ཕྱ་གུ་དེ་འང་
སད་སེར་གྱི་ཐན་པས་བཙོམས་ཏེ། རང་བཞིན་གྱི་ཕྱག་གུ་དཔྱུས་

མ་ལས་ཀྱང་དཔྱུས་མ་ཞིག་དུ་གྱུར་བ་རེད།” དེ་ནས་བཟུང་
དོན་ཁོས་ཞིགས་པ་སྤེ་བོ་ནས་ལངས་ཏེ་བྱིམ་མཆོས་གཉེ་ཨ་ནེ་
བདེ་མཆོལ་སྐད་བཏང་ནས་མཛོ་མི་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བཞོ་རུ་བཅུག་
རྩིས། ཁོས་སྤེ་བོ་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་རྒྱབ་དུ་ཁྱར་ཏེ་མཛོ་མི་དེད་
ནས་རེ་མགོ་རྩ་མགོ་བརྒྱད་ལྷུ་བ་འབྲུ་རུ་འགྲོད་གོས། གནམ་
ངོ་ཏེ་ཅང་རུབ་པའི་ནངས་མི་ཞིག་ལ། དོན་ཁོས་ཨ་ཕའི་སྤྱོད་
གོས་མཐུག་པོ་དེ་ལ་ཐ་གྲུ་ནག་པོའི་སྤེ་རགས་ཤིག་བཅེངས་ཏེ།
མཛོ་མི་དང་མཉམ་དུ་སྤེ་བོ་ཁྱར་ཏེ་རེ་ལ་སོང་། དེ་ཉིན་ཁོ་རང་
འགྲོ་རྒྱར་ཅུང་འཕྲུལ་དྲགས་པས། འགྲོ་རིགས་བུ་མོ་ཆང་མར་
ལྷུ་བ་སྤེ་བོ་གང་རེ་ཡོངས་འདུག་པ་དང་། ཆར་པའང་ཟམ་མེ་
ཟེམ་མེར་འབབ་འགོ་རྒྱགས། ཁོ་ཡར་རྒྱགས་མར་རྒྱགས་བྱས་
ཏེ་དུས་ཡུན་ཐུང་དུའི་རིང་ལ་ལྷུ་བ་འདད་དེས་ཤིག་རྟེན་བྱུང་།
འོན་ཀྱང་ལྷུ་བ་ཆང་མ་ཆར་པས་སྤངས་ཡོད་སྐབས་ཏེ་ཅང་ལྷུ་
བས་མཁྱོགས་པོར་འགྲོ་མི་ཐུབ་ལ། སོང་ཡང་རིགས་པ་བུ་མོ་
ཆོའི་རྩིས་ཟེན་དཀའ་བས་སྤེ་བོ་གད་ཁ་ཞིག་དུ་ཤོག་རྩིས། ཁོ་
རང་གད་འོག་དུ་སོང་ནས་གཅིན་པ་ཞིག་བཏང་སྤེ་ཆར་གཞའ་
བྱས། ཟུང་པའི་རྒྱབ་ལ་འང་མ་འཁོར་བ་ཞིག་ལ། ཁོ་རང་ཐང་
ཆད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གདི་མུག་གི་རྩི་ལ་ཐེབས་ཏེ་རྩི་ལམ་གྱི་ཞིང་
ཁམས་སུ་འགྲུམ་སོང་། དཔུར་ཁོའི་གནམ་ངོ་ནི་སྐད་ཅིག་ཅམ་
ལ་འང་བརྟན་པོའི་རང་བཞིན་ཅིག་མེད་ཕྱིར། ཁོ་ལ་ཁ་རྩེ་བ་
བཞིན་ཐུར་བར་སྤྱིན་བྱེད་མགོ་ཅམ་རེ་ཡོད་པའང་གར་ཕྱོགས་
ཀྱི་མཁའ་མཐའ་རུ་བསྐྱོད་དེ། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ལ་སྤར་ལས་
བཀྲག་མདངས་འཆར་ཞིང་ཆ་གདུག་ཆེ། ས་དོག་མོའང་ཁྱུས་
ལ་ཞུགས་རྩིས་ཀྱི་གཞིན་རྒྱུ་མ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་ལྷང་མདོག་གི་
བཞིན་རས་གཅང་ཞིང་རྟེན། ཅུ་དང་ཅི་ཤིང་རེ་རེས་རང་རང་
གི་ཐོགས་ཆོད་ཀྱི་ཟེལ་བའི་རྒྱ་ཐིགས་རེ་འཁྱུར་ནས་འོད་ལམ་
ལམ་བྱེད་ཀྱིན་བདེ། སྐབས་དེར་བྱིམ་མཆོས་ཨ་ཁྱེད་བང་
ཆེན་ཆང་གི་བུ་མོ་གཡང་འདྲོམས་དང་། ཨ་ཕ་ཁ་བྱམས་ཆང་

གི་གཡང་སྒྲིན་གཉིས་ཀྱང་ཕྱི་བ་འབྲུ་རུ་ཡོང་། གཡང་འཛོམས་
ཀྱིས་ལམ་འགམ་གྱི་གད་ཁའི་སྒྲེ་བོ་དེ་མཐོང་འཕལ་སྒྱུར་བར་
རྒྱགས་འོང་ནས་བཞུས་ཅན། དོན་ཁོས་སྒྲེ་བོ་ཡིན་པ་ཤེས་པས་
མིག་ཟུང་རིག་རིག་གིས་གཡང་གཡོན་སྒྲིགས་བཞི་ལ་ཞིབ་ཆ་
ཞིག་བྱས་ཏེ། དོན་ཁོ་མེད་པ་ཤེས་ནས་ཁོའི་སྒྲེ་བོའི་ནང་གི་སྒྲེ་
བཟང་མ་མོའི་སྒྲེ་བོའི་ནང་དུ་རྒྱགས། གཡང་སྒྲིན་གྱིས་དེ་ལྟར་
བྱེད་མི་ཉན་པའི་ཁ་བསྐྱེད་ལྟར་བྱས་ཀྱང་། རྒྱང་གི་འོ་ནར་ཆོས་
བཤད་བཞིན་མི་ཉན་པར་མ་ཟད། ད་དུང་གཡང་སྒྲིན་ལ་སྤང་
མིག་གིས་བཞུ་བཞིན་མ་ཁར་སོ་བདེ་བ་སྒྲེ། འཛིགས་བསྐྱལ་
གྱིས་“ངས་སྒྲེས་དབང་གིས་སྤྱོད་པ་ལས་འབྲོག་པ་མིན་ལ།
བརྒྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཁྱོད་གྱིས་མཐོང་གསལ་ལྟར་ཡིན་པས་
རང་སེམས་ན་ཉེས་པ་མེད་ན། གཤིན་རྗེ་ལ་འཛིགས་པ་ཅི་
ཡོད”ཅིས་ཆོག་རྟོག་འདྲ་བ་ཞིག་གིས་གཡང་སྒྲིན་གྱི་ཁ་བཅད་
རྗེས། རྒྱལ་འཕྲུབ་ངང་ཕྱི་བ་ཡོད་དོ་ཅིག་ཁྱུང་ཏེ་ཕྱིར་བཞུས་
ཅམ་ཡང་མི་བྱེད་པར། རྒྱད་པ་ལྟ་བུའི་ཀྱག་ཀྱོག་གི་ལམ་ཐུན་
དེད་ནས་རང་ཁྱིམ་དུ་ཕྱིར་ལོག། གཡང་སྒྲིན་གྱིས་སེམས་སྒྲོ་
བས་ཁེངས་ཤིང་མིག་མཆི་མས་ཁེངས་ཏེ་མོ་རང་གི་སྒྲེ་བོ་གད་
ཁ་དེར་བཞག་ནས་དོན་ཁོའི་སྒྲེ་བོའི་ནང་དུ་ཕྱི་བ་འབྲུ་བཞིན་
“དོན་ཁོ། དོན་ཁོ།” ཞེས་དུ་རྒྱད་འདྲེས་མའི་གདངས་ཀྱིས་
ཡང་ཡང་བོས། དོན་ཁོ་ནི་ཨ་པའི་སྒྲོད་གོས་ཀྱི་རྩེ་བ་ཁྲག་ཅིག་
ནས་རྩེ་ལམ་ལྟ་མོས་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་ལྟར། འདས་ཟེན་པའི་
ཨ་པའི་བཞིན་རས་མཇལ་བར་བསྐྱོད། ཉེ་འོད་མེད་ལ་སྒྲོ་བོད་
ཀྱང་མི་གསལ་པའི་སྒྲེ་བོར་བྱེད་གི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ནས། དོན་
ཁོ་ཡུན་རིང་བྲལ་བའི་ཨ་མ་དང་མཇལ་ཏེ། མ་བུ་སྒྲིན་འཛོམས་
ཀྱི་སྤང་བས་བཞི་པའི་དགའ་སྐྱིད་ཀྱི་མིག་རྒྱུད། ལྷན་པ་ཉིས་
བཅེགས་བརྒྱབ་པའི་ཨ་པའི་སྒྲོད་གོས་ནང་ལ་བཞུར་གྱིན་འདུག་
མི་ཡུལ་ནས་བྲལ་བའི་མ་ལོ་དང་དངོས་སུ་མཇལ་བས། བྲལ་
གདུང་གི་རྒྱག་ཡུས་མ་བཟོད་པར་ཨ་མ་ལ་འབམ་ནས་དུ་བྱམ་

བྱས། ཨ་མས་ཁ་ཅི་ཡང་མི་གྲགས་པར་མིག་ཟུང་མཆི་མས་
བརྒྱན་ཏེ་དོན་ཁོའི་མགོ་ལ་བྲིལ་བྲིལ་ཡང་ཡང་བྱས་པ་དང་། དོན་
ཁོས་ཀྱང་ཨ་པའི་བཟོ་ཆ་དེ་མཐོང་ནས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་ལས་མ་
ཐར་བར་ཁ་ནས་“ཨ་མ། ཨ་མ། ང་དོན་ཁོ་ཡིན། ཁྱེད་
ཀྱིས་ང་ལ་ཁ་མི་གྲགས་པ་ཅི་ཡིན། ཁྱོད་ངོ་མ། ངོ་མ། ཁྱོད་
ངོ་མ་ཕྱིར་འོང་བ་ཡིན་ནམ། ཨ་མ། ཨ་མ།” ཞེས་ཐེངས་
འགར་བོས་པས་ན། ཨ་མ་མ་ཡིན་པའི་ཨ་ལན་ཞིག་གིས་ཁོ་
རང་གཉིད་ལས་བསྐྱངས། ཁོས་ཐོག་མར་རང་ཉིད་གད་ན་ཡོད་
པའང་མ་ཤེས་ལ། གད་ཞིག་བྱེད་དགོས་པའང་ཡིད་ལ་མ་དྲན་
པར་སྒྲོ་བྱུར་དུ་ཡར་བཞུ་མར་བཞུ་འགའ་བྱས་རྗེས། མཁུར་
ཆོས་མིག་རྒྱས་བརྒྱན་ཀྱང་གདོང་ལ་འཇུམ་གྱིས་ཁེངས་པའི་
གཡང་སྒྲིན་ཉི་འགམ་ན་གྱང་དེར་ལངས་འདུག་པ་མཐོང་སྒྲེ།
“གཡང་སྒྲིན། ཁྱོད་འདི་ལ་ཅི་བྱེད་ལ་འོང་བ་ཡིན།” ཞེས་
ལ་མཆར་པའི་ཉམས་ཀྱིས་བྲིས་པ་ན། གཡང་སྒྲིན་གྱིས་བརྒྱན་
པའི་གདོང་གི་འཇུམ་མདངས་དེ་ནི་ཁོའི་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་མ་
ལུས་སེལ་བའི་བདུད་ཅི་ཞིག་དང་འདྲ་བར་ཁོའི་སྤྱིང་དྲུས་སུ་
ཐིམ་པ་དང་། རྒྱད་གདངས་དམའ་བོས། “ཕྱི་བ་འབྲུ་རུ་ཡོང་
བ་ཡིན་”ཞེས་བཤད། གཡང་སྒྲིན་གྱི་རྒྱད་ཆ་དེ་ཐོས་མ་ཐག་
ཁོ་སྒྲོ་འདྲིག་ཅིག་ལངས་ཏེ། ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མི་སྒྲུ་བར་སྒྲོད་
གོས་མཆན་ལ་བརྟུག་སྒྲེ་སྒྲེ་བོ་འཛོགས་འཇགས་ཁ་རུ་རྒྱགས་སོང་།
སོང་ནས་ཀྱང་རང་གི་སྒྲེ་བོའི་ནང་གི་སྒྲེ་བོ་ཡོད་པ་མཐོང་རྗེས།
མཁྱོགས་པོར་ཕྱིར་རྒྱགས་འོང་རྗེ་གཡང་སྒྲིན་ལ། “ཁྱེད་རང་
ཅིའི་ཕྱིར་དུས་པ་ཡིན།” ཞེས་བྲིས་པར། གཡང་སྒྲིན་གྱི་
འཇུམ་ཞལ་སྒྲུབ་བྱེད་སྒྲོ་བྱུར་སྒྲིན་ནག་གི་སེམས་འཁྲུ་ཞིག་
གིས་བསྐྱེདས་པ་དང་། ཞེ་གདོང་ནས་རྒྱག་པའི་ཉམས་ཤིག་
ཤར་ཏེ། གཡང་འཛོམས་ཀྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲེ་བ་ཁྱེད་ལྟོལ་དང་ཁྱོད་
ཀྱི་སྒྲེ་བོའི་ནང་གི་སྒྲེ་བ་དེ་མོ་རང་གིས་བདུས་ཚུལ་ནམས་གཅིག་
གཅིག་གཉིས་གཉིས་བྱས་ཏེ་ཞིབ་དུ་བཤད་པ་ན་དོན་ཁོ་ཁོ་མོ་

པར་ཁོའི་སྤྱོད་ཡོད་བཀྲག་པ་ན། དངོས་ནས་ཕྱི་བ་སྡོན་ལས་
མང་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱུ་ཚད་དེ་ལས་ལྡན་གཅིག་གིས་ཡང་
དུ་མོང་འདུག་པས། ཁོ་ཡང་སེམས་གཏིང་ནས་གཡང་སྡོན་
ལ་དགའ་བ་བཤད་མི་ཤེས་པ་ཞིག་སྟེ། ཡིན་ནའང་བྱིས་སྒྲིབ་
དྲི་མས་མ་གོས་པའི་བཙེ་བ་དེ་ནི་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མའི་བཙེ་དུང་
གི་རྒྱང་གཞི་མིན་ཞེས་སུ་ཞིག་གིས་བརྗོད་ཐུབ། དེ་ནས་ཁོ་གཉིས་
ཀྱིས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སེམས་གསོ་གཏིང་ཞོར་དང་། རྒྱུ་
མ་རྒྱུད་ཞོར་ལ་ཕྱི་བ་ཁྲུང་ནས་བྱིས་དུ་ཡོག་ དོན་ཁོ་བྱིས་ལ་
སྤྲོད་མ་ཐག་ཡུལ་དཔང་ཆེན་ཆང་གི་ཕྱོགས་སུ་བཞུགས་པ་ན།
གཡང་སྡོན་གྱིས་ཁང་ཁྱད་ན་སྐྱུ་དབྱངས་ཤིག་ལེན་གྱིན་ཕྱི་བ་
སྡོན་པ་དེ་ཆོ་བཀྲམ་བཞིན་འདུག་པ་མཐོང་བས། ཁ་སློ་ཁ་ནས་
ལངས་ཤིང་ཞོ་སྤོ་གཏིང་ནས་ལངས་ཏེ་སྤྱོད་པ་ལ་ཕེབ་ཆེས། ཁ་
ནས་ཤིང་བྱུང་བའི་ཆོ་བཞིན་ཡུལ་དཔང་ཆེན་ཆང་གི་ཁང་ཁྱད་
ལ་རྒྱགས། གཡང་འཛོམས་ཀྱིས་དོན་ཁོ་རྒྱགས་འོང་བཞིན་
པ་མཐོང་ནས་སྒྲག་ཐག་ཆོད་དེ་དུ་སྐད་ཕྱོགས་ལ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་
བཏོན་པ་དང་། དོན་ཁོ་ཡང་ཆོམ་ཆོམ་སུ་ཙམ་ཡང་མེད་པར།
ཁོ་མོའི་སྤྱོད་ནས་བཟུང་སྤྱོད་མཐུན་དུ་མར་བཀྲག་དེ་ཅི་ཡང་མི་སྤྱོད་
བར་ཁ་རྒྱག་གེར་མིག་གིས་བྲལ་ཡོག་ཡོག་ཁོ་མོའི་སྤྱོད་གཞུང་ལ་
ཅེར་འདུག གཡང་འཛོམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཁ་གདངས་ནས་ཁོ་ལ་
སོ་འདེབས་ཅིས་ཐེངས་འགའ་བྱས་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ནང་ལ་
འདུས་ཡོད་སྟབས། བྱ་ཐབས་གཞན་གང་ཡང་མ་རྒྱུད་པར་ཁོ་
གཉིས་གྲག་འགྲལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཁྲུ་སུ་མ་མེར་ལུས་འདུག
མཆོམས་དེར་ཡུལ་དཔང་ཆེན་གྱིས་ཅི་ཡིན་བསམ་སྟེ་ཁང་ཐོག་
ལ་འོངས་པ་ན། རང་གི་བྱ་མོ་གཡང་འཛོམས་དང་དོན་ཁོ་གཉིས་
ཀྱི་སྤྱོད་ཆུལ་དེ་མཐོང་འཕམ་ཕྱར་དུ་བྱིས་པ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་
སུ་རྒྱགས། གཡང་འཛོམས་ཀྱིས་རང་གི་ཡུལ་ཡོང་བཞིན་པ་
མཐོང་སྟེ་ཁོང་གི་ངོ་སྤྱུར་ནས་འཕག་འཆག་ཐེངས་འགའ་བྱས་
པ་དང་མཉམ་དུ། དོན་ཁོས་ཀྱང་ཡུལ་དཔང་ཆེན་རིག་ནས་

དཔའ་ཞུས་པར་གྱུར་ཏེ་ལག་པ་སྟོང་། གཡང་འཛོམས་དང་
ལངས་ཏེ་“དུ་ཕྱག སྤྱག་ཕྱག” ཟེར་བཞིན་ཐང་གི་ཕྱི་བ་
སྤྱོད་པ་ཞིག་སྤངས་ཏེ་གཞུས་པས། དོན་ཁོའི་སྤྱོད་མགོ་ལ་འཁེལ་
ཏེ་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཏེ་བཞུར་བ་དང་ཆབས་ཅིག ཡག་སྐད་
བོད་སྐད་(མེ་མདའི་སྐད་)འདྲ་བཞིག་བརྒྱབ་པས་ཡུལ་དཔང་
ཆེན་གྱི་ཆུང་མ་ཡ་མེ་བའི་མཆོ་ཡང་ཁང་སྤང་ལ་སྤྲོད་བྱུང་།
དོན་ཁོའི་ཡུལ་བསྐྱན་འཛིན་གྱིས་ཀྱང་རང་གི་བྱའི་སྐད་ཡིན་པ་
ཐོས་དེ་སྤྱོད་པ་དེ་བར་ཁ་བཏོན་འདོན་མཆོམས་བྱས་དེ་ཁོ་ཡང་
ཁང་ཐོག་དེ་དུ་འབྱོར། དོན་ཁོས་སྤྱོད་ཀྱིས་ལག་པས་ཡང་ཡང་
བྱིས་དེ་ངོ་གདོང་ཡོངས་རྒྱུགས་ཀྱིས་དམར་ཆེལ་ལེར་གྱུར་
ཡོད་པ་མ་ཟད། རྒྱུད་གོས་མཐུག་པོ་སྡོན་པ་ཙན་དེ་འང་ཁྲག་
གིས་དམར་པོར་བསྒྱུར་འདུག་ན་ཡང་། ཡུལ་དཔང་ཆེན་བཟའ་
བ་གཉིས་ཀྱིས་རང་གི་བྱ་མོའི་གཡས་དང་གཡོན་ནས་ཕར་ལྡ་
ཆུར་ལྡ་བྱེད་པ་ལས། དོན་ཁོ་ལ་མིག་ཟུར་ཙམ་ཡང་མི་འཕྲུན་
པའི་ནམ་པ་འདི་མཐོང་བས་ཡུལ་བསྐྱན་འཛིན་གྱི་སེམས་ཀྱི་བྱུང་
ཤིང་དེ་ཞེ་སྤང་གི་མེ་དང་འཕྲད་ཅིང་། སྤྱོད་ཀྱི་ཆུ་བོ་དེ་
ཡིང་ཆད་ཀྱི་གཙང་བོ་དང་འདྲེས་ནས་སྤྱོད་པས་ཀྱི་ཆུ་མཆོར་
བཞུར་མོང་། ཁོས་གཡས་ལག་ལ་འགྲལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་རུས་
པ་རུང་ཟད་ཀྱང་མེད་སྟབས། ལག་གཡོན་པས་རང་མགོར་
བཀག་ཡོད་པའི་ཉི་མེད་ཀྱི་ལག་རས་དེ་སྤངས་ནས་བྱ་དོན་ཁོ་ལི་
གདོང་གི་མིག་ཆུང་དང་སྤྱོད་ཀྱི་འདྲེས་མའི་བཙོག་སྤྱོད་སྤྱོད་
འབྱེད་བཞིན་པར་“རང་ལ་ག་རེ་བྱས་མོང་ངམ” ཞེས་གཙོ་མ་
ཆུང་དུའི་སྐད་ཀྱི་དྲིས་པ་ན། “མོས་རྒྱན་དུང་ལ་ དུ་ཕྱག སྤྱག་
ཕྱག ཅེས་གསེག་གསེག་གཏིང་བ་མ་ཟད། དེ་རིང་ཡང་ངའི་ཕྱི་
བ་ཆང་མ་མོས་རྒྱ་མ་བརྒྱབ་མོང་” ཞེས་སྤྱོད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཞོར་དང་
དུ་མུམ་བྱེད་ཞོར་དུ་སྤྱོད་པས། ཡུལ་བསྐྱན་འཛིན་ཀྱང་གྲགས་
འགྲལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་འབག་སྤྱོད་དང་འདྲ་བར་ཅི་ཡིན་འདི་
ཡིན་མི་ཤེས་པའི་བསམ་གཞིགས་ཤིག་གི་སྤྱོད་དུ་ཆུད། འདི་

ནི་ཡུགས་མེད་ལ་མཐའ་མི་དཔོག་པའི་མུན་ནག་གི་བསམ་གཞིགས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན། བུ་མོ་གཡང་འཛོམས་ཀྱིས་རང་གི་མགོ་སྐྱོར་ཏེ་ཕྱི་བ་རང་གི་བདུས་པ་ལས་བརྒྱས་པ་མིན་ཚུལ་གྱི་ཡིན་ཡུགས་བརྒྱ་དང་། བདེན་ཡུགས་སྟོང་བཞེད་པ་མ་ཟད། སྟོན་ཆད་ཀྱང་དོན་ཁོས་ང་ལ་འདི་ལྟར་སྒྲ་ནང་ལ་འདུས་ནས་ཐོངས་མང་པོ་ཞིག་ལ་གཅར་དུང་བྱས་ཚུལ་སྟགས་གཅིག་མགོ་གཉིས་བདགས་ཏེ་བཤད་པ་དང་། ཡ་ཁུང་བར་ཆེན་བཟའ་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་རང་གི་བུ་མོའི་བཞེད་པ་མཐའ་དག་ལ་ཀྱལ་བའི་གསུང་བཞིན་ཡིད་ཆེས་པར་གྱུར་ཏེ། དོན་ཁོ་ལ་བུ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་སྤང་མིག་སྒྲོག་དམར་འཁྱག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་བཟང་ཆེས། མོ་མ་སྟབས་སེང་གེ་འབྲིང་འབྲིང་བྱས་ཏེ་སྤང་ཆ་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མི་བཤད་པར་སྒྲུམ་བྱི་འདྲ་བཞིག་བརྒྱབ་ནས་ཕྱིར་རང་བྱིམ་དུ་བྱད་སོང་ལ། ཡ་ནེ་བདེ་མཆོས་ཀྱང་རང་གི་བུ་མོར་བརྟུན་མར་འོ་ཐོངས་འགའ་བྱས་ཆེས། གདོང་ལ་ཁུད་གསོད་ཀྱི་འདུམ་མདངས་སྒྲ་ནང་མེད་པ་ཞིག་བརྟུས་ཏེ་གཤེར་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་མདུན་དུ་འོངས་ནས་གདོང་ལ་བརྟུས་ཏེ། “དྲོན་ལན་ལོག་འདལ་དང་། ང་ལན་གཅིན་འདལ་ཟེར་བ་དེ་བྱོད་པ་བུ་གཉིས་རེད་ལ། དོན་ཁོ་སྒྲག་ཕྱག་དཔར་དུངས་བྱོད་པ་བུ་གཉིས་ལ་རོགས་བྱས་བྱས་མཐར། བྱོད་ཀྱིས་ངའི་བུ་མོ་གསོད་ཀྱི་ཡིན་ནམ་” ཞེས་བརྟན་འཛིན་པ་བུ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ལ་མཆིལ་མ་ཞིག་འཕངས་ཆེས་གཡང་འཛོམས་ཀྱི་མགོ་ལ་བྱིལ་བྱིལ་གདོང་ཞེར་ཡ་ཁུང་བར་ཆེན་གྱི་ཆེས་བརྟུགས་ནས་རང་བྱིམ་དུ་ཕྱིན་སོང་། “མིས་མི་ཐེག་ཆོག་དང་། རུས་མི་ཐེག་དེའུ་” ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་ཡ་པ་བརྟན་འཛིན་གྱིས་ཆོག་འདི་དག་རེ་རེ་བཞིན་ན་བས་ཐོས་ལ། དོན་འདི་དག་རེ་རེ་བཞིན་སེམས་ནས་དོགས་པས། རྒྱམ་ལ་རིད་པའི་གཟུགས་པོ་དེའང་ཁོང་སྤྱི་དྲག་སྤྱང་གིས་གཡོ་བའི་སྤང་ཁའི་དར་སྟོག་ངེ་བཞིན་རྩལ་ལྟ་བུ་བསྟོད་ཅིང་། ས་མཁྱེགས་ནོ་ལྟགས་ལྟ་བུའི་སེམས་པ་དེ་ཡང་བརྟན་

བཅོས་ཀྱི་མེ་ཡིས་བཞུས་པས། ཆོད་མེད་སྒྲི་སེམས་ཀྱི་ཀྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་བྱང་ཁོག་སྟོད་སྟོད་བར་གསུམ་ལ་ཡོངས་སུ་ཁོངས་པར་གྱུར། དུས་དེ་ནས་དེད་ཆང་གཉིས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ཉ་གང་ཟླ་བ་ལྟ་བུ་དེའང་བར་ཆད་ཀྱི་སྒྲ་གཅན་གྱི་ཁ་རུ་ཤོར་སོང་བ་རེད། ཉིན་འདི་ནས་བཟུང་དེད་ཆང་ནས་ཡ་ཁུང་བར་ཆེན་གྱི་བྱིལ་མ་ཅམ་ཡང་མཐོང་མ་སྟོང་ལ། ཡ་ནེ་བདེ་མཆོ་ཡི་རྒྱང་ཆེས་ཞིག་ཀྱང་བཞག་མ་སྟོང་། བཞི་ཟེའུ་ཤེད་ལ་བཅིངས་ཏེ་མཛོམ་གཅིག་བྱ་དེའང་བདག་གི་ཡ་པས་ལག་པ་ལ་གཅིག་གིས་བཞོས་པ་དང་། ཁོ་ཆང་ལས་ཉེ་འབྲེལ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས། དུས་དེ་ནས་དེད་པ་བུ་གསུམ་པོས་སྒྲ་ཆང་སྡེ་བའི་ནང་ནས་ཁེར་རྒྱང་གི་འཆོ་བ་རོལ་འགོ་བརྟུགས། “ཡ། དོན་གྲུབ། བྱོད་ཀྱིས་རུང་ཅམ་སྒྲག་རོགས་གནང་། ངས་གཅིན་པ་ཤོར་གྲུབས་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པས་གསང་སྟོད་ནང་ལ་འགྲོད་གོས་བྱུང་” ཞེས་སྒྲོ་བཟང་གིས་དྲ་ཁའི་འདག་ཆས་བྱིར་ཏེ་སྒྲོ་ཕྱིར་ཕྱིན་སོང་བས་ངས་ཀྱང་རེ་ཞིག་འབྲེམ་ཆོམས་བཞག་པ་ཡིན།

གཉིས།

ཁོ་རང་གསང་སྟོད་ལ་ཕྱིན་ཆེས་ངས་བཞེད་ཟིན་པའི་གནས་ཚུལ་རྣམས་ལ་ཕྱིར་དྲན་བྱེད་བཞིན་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་སྒྲོག་ཏུ་རྒྱུད་ནས་ཐོལ་བྱུང་གིས་ཆོག་ལ་བ་བརྒྱབ། བུ་མོ་གཡང་འཛོམས། ལོ་ན་མ་སྟོན་བྱིས་སྒྲོ་དངས་མོ་དེ། འདི་ལྟར་པ་མའི་ལྟ་ངན་གྱིས་བཅན་འདུལ་བྱས་ན་གལ་རུང་། བྱོད་ལ་རྒྱ་འབྲས་དང་སྒྲང་དོར་འབྲེད་པའི་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་སྒྲོ་གྲོས་ཤིག་རྒྱས་མེད་ཀྱང་། བདེན་རྒྱུན་གྱི་ཡུམ་གཤམ་པོ་དཔར་གཡམ་རྒྱགས་ལ་དུངས་ཞེན་ཆེ་བའི་བྱོད་ཀྱི་པ་མ་གཉིས་ནི། ཅི་འདྲའི་སྟེན་ཞིང་ལྷགས་པའི་གན་ནོན་གཉིས་རེད་ཡང་བསམ་པ་དང་། འདི་འདྲའི་ངན་གན་ཅན་གཞན་ཡང་པོད་ཀྱི་སྒྲི་ཆོགས་ཕྱི་ནང་གང་སར་གང་མང་མང་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་རེད་བསམ་ཏེ། དོན་ཁོ་ལ་བུ་གཉིས་ལ་བཅོས་མིན་སེམས་གདོང་ནས་སྤྱིང་ཆེ་ཆོད་མེད་ཅིག་སྒྲིས་པ་དང་ཆབས་

ལྷག་ན་ནང་མི་དང་འཛིན་གྲོགས་ལ་ངོ་གནོངས་ཞིང་། ལོ་ཆད་དང་འགྲོ་གོན་ལྷག་མ་བཅས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་གྱོང་གུན་ཞིག་ལས་
ཕན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་མི་སྲིད་དོ།

༩། དཔེ་དེབ་ལྟ་སྒྲོག

སྤྱིར་དཔེ་དེབ་ལྟ་སྒྲོག་ཕྱེད་པ་ནི་རང་ཉིད་ཐོས་ཀྱི་དང་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་‘ཤེས་ཚོར་ཙམ་གྱིས་ལྟ་སྒྲོག་
དང་། མཐེལ་དོགས་པའི་ལྟ་སྒྲོག་ རོ་བུ་དུད་མུང་པའི་ལྟ་སྒྲོག་’བཅས་ལྟ་སྒྲུབ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པས། ཐོག་མར་ང་ཚོར་དགེ་
ཀན་གྱིས་སློབ་ཆུང་ལས་དོགས་གཞི་བསྐྱེད་པ་དང་བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་རྣམས་དང་འབྲེལ་པའི་དཔེ་དེབ་ལ་གོང་གི་ཐབས་ལས་
དེ་དག་སྤྱད་དེ་ལྟ་སྒྲོག་ཕྱེད་པ་དང་། ཆོག་དོན་གོ་སྒྲ་ཞིང་ཟིན་པ་དེ་པའི་དོན་གནད་རྣམས་ཟིན་བྱིས་བརྒྱུག་དགོས་པ་སྟེ། ས་པན་
གྱིས་“རང་ལ་མཁོ་བའི་གསེར་ཕྱེ་རྣམས། །ཁབ་ལེན་དོ་ཡིས་ཀྱན་ནས་ལེན།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དཔེ་དེབ་ལྟ་སྒྲོག་ཕྱེད་
སྐབས་རབ་རིབ་སའ་མེད་པ་ལོན་པར་ཆོག་སྤྱིར་དང་། ནང་དོན། དག་ཡིག་ཚུན་ལ་ཡིད་འཛིག་བྱས་ནས་མ་དེས་པ་རྣམས་ཆོག་
ཐོ་བཀོད་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དགེ་ཀན་ལ་འདྲི་བ་དང་། ཆོག་མཛོད་བསྒྲིགས་ཏེ་ཤེས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་ན་ཆུ་ཐེགས་བསགས་པའི་
ཀྱ་མཆོལ་དཔེ་བཞིན་ཡར་རྒྱས་སུ་འགྲོ་ངེས། དེ་ཡང་དཔེ་ཆ་འགའ་ཞིག་ལ་ལྟ་སྒྲོག་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་ཆེམས་ཏེ་ཆོག་ཤེས་
བརྟེན་པར་མི་རིགས་ཏེ། ཕྱི་གནད་པོའི་སྒྲ་ངག་པ་དྲུག་སྤྱིར་“དཔེ་དེབ་ཁྱིམ་ཁྱོད་ལ་ལྟ་སྒྲོག་པ་ན། །སྤྱུག་ཁ་ལྟ་ཡིས་ཁ་ལོ་བསྐྱར།” ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་གཞི་ཚུལ་མང་གཞི་དང་ཙམ་འབྲེ་ཤེས་བྱ་ལ་ཕན་ནུས་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཐུབ།

ལྟ་བུ། མཐེལ་མའི་མཛུགས་སྒྲུབ་དང་གསལ་བཤད།

མི་རིགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཐོག་མར་རང་གི་སྐད་ཡིག་བྱང་ཆུབ་པར་བྱས་ཤིང་། མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱང་ན་ད་
གཟོད་འོས་ཤིང་འཆམས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཡག་པོ་ཞིག་སྤྱང་བར་ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་དགོས་
པས་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་དགོངས་གཞི་ལྟར་ང་ཚོར་བོད་པའི་སློབ་བྱ་ལོགས་སུ་བཅུགས་པ་དང་། དེ་ཡང་སོ་སོའི་ཆོས་དང་རིག་
གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་ཕྱེད་ཆེད་ཡིན་པ་ཁོང་གིས་“ང་རང་ཚོས་སྤྱ་གྱི་སྤྱུག་ཁ་ཤས་ལ་སློབ་སྦྱོང་སྤྱད་པ་འདྲིའི་རྩ་བའི་
དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་མ་འོངས་པར་བོད་མི་རིགས་ཟེར་བ་འདི་འཛམ་བུ་སྤྱི་འདྲིའི་སྤང་ལ་མུ་མཐུད་གནས་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་རེད” ཅེས་
གསུངས་པ་བཞིན་གཉན་འཕྲང་ཙན་གྱི་དུས་འདིར་རང་གི་རིག་གཞུང་ལ་དགའ་ཞེན་དང་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་
མུ་མཐུད་གནས་པ་ལ་འབད་བརྩོན་བྱས་ན། མི་རིགས་གཞན་ལ་འདྲིའི་སྟེང་ནས་ཕན་ཐོགས་ན་མ་གཏོགས། ཕྱིའི་སྐད་ཡིག་
སྤྱང་ནས་སྤྱི་ཀུལ་མི་ལ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་ནི་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། དེ་བས་ང་ཚོས་ཁ་ནས་བཤད་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དོན་གྱི་ལག་ལེན་
ཐོག་འཁེལ་ཐུབ་པ་ཕྱེད་ཀྱི་དང་། ཡགོང་ས་མཆོག་གི་ཉམས་སྤྱོད་ལྟར་པའི་གསུངས་ཆོག་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་སྤྱིང་ལ་བཅངས་
ཏེ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ཁ་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་གཏད་ནས་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་དོན་དངོས་སྟེང་གི་མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སོན་རྩ་ཞིག་
ཕྱེད་ཐུབ་པའི་འབྲོད་སྒྲུལ་ལྟ་བུ་ཡིན། ང་རང་ཡང་མཛོད་ཀྱི་དང་ཐོས་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་ཆུང་པའི་ཆེས་སྤྱིར་བཏང་གི་སློབ་སྤྱུག་ཅིག་ཡིན་
པས་སློབ་གསའི་སྐོར་གྱི་ཙམ་ཡིག་འབྲེ་པའི་ཤེས་ཆ་དཔེ་ལ། “བྱོད་རང་གི་ཡིག་ཆ་དཔེ་ལོན་པ་བྱོས་དང་མི་ལ་སློབ་གསོ་གཏོང་

པར་དེད་རྗེས། འཛིགས་སྒྲ་དང་མཚར་སྒྲ་འདྲེས་པའི་ཉམས་
ཀྱིས་བཞུས་ཅན། ཨ་པའི་ལག་ཏུ་སྒྲ་རགས་མིག་བཟུང་སྟེ་‘དེ་
མིང་བྱིད་གནམ་ལ་འདྲགས་དགོས་’ཞེས་དོན་ཁོས་ལག་མགོར་
རྒྱག་བཞིན་པ་མཐོང་བས། མོ་རང་ཞིད་སྒྲ་བཟོད་ཐུགས་མེད་
པ་ཞིག་སྟེ་ལ། མོག་མ་རྒྱར་གྱིས་ཚུར་འོང་། ཡལི་མདུན་
ནས་ཕུས་མོ་རྒྱ་ར་ས་ལ་བཅུགས་ཏེ། ལག་གཡོན་པས་ཨ་པའི་
རྒྱད་པར་འཐམས་ཤིང་། ལག་གཡས་པས་སྟེ་ཡི་སྟེ་མོ་ཚུར་
ལ་འཐེན་ནས། “ཨ་པ་ལེ་ལེ་” དེ་རྒྱར་མ་བྱེད་རོགས། ངས་
བྱིད་ལ་མ་ཁི་བྱི་གཅིག་འདོན་ཨེ་གོ། བྱིད་ཀྱིས་དོན་ཁོ་གནམ་
ལ་མ་འདྲགས་རོགས། ཨ་པ་བྱིན་ཆེན་གཡང་ནན་པོ། ཁ་
སང་རྒྱད་པའི་རྒྱར་མོ་རྒྱ་བོ་ཡང་བྱིད་ལ་སྟེར། ཨ་པ་གོ་བུ་རྩེ་
གོ་བུ་རྩེ་། ཆེ་མིང་ཆེ་མིང་། དོན་ཁོ་གནམ་ལ་འདྲགས་པ་
ལས་ང་འདྲགས་རོགས་” ཞེས་ལག་པ་བསྐྱངས་ཡོང་བས་གཡང་
སྟོན་གྱི་ཨ་མ་རྒྱ་མཚོ་འདྲམ་ཆུ་གཙང་བོ་བཞུར་བཞུར་བྱས་
བྱུང་། ཨ་པ་ཁ་བྱུས་ཀྱང་ཡ་མཚར་ཞིང་བྱིས་པ་གཉིས་ཀྱི་
སྟོད་རྒྱུ་ལ་ལ་བཞུས་ཏེ། སྒྲ་རགས་ཐང་ལ་བཞག་རྗེས་མིག་བྱུང་
སྟེ་མ་བཅུ་མཁྱིས་ནམ་མཁའི་སྟོན་པ་ཞིག་ལ་རྒྱ་ཁུལ་བྱས་འདུག་
དེའི་སྟེ་ཉིན་ནས་ཁོ་གཉིས་སྒྲ་ཆང་སྟེ་པའི་སྟེ་ས་པོ་མོ་ནན་གཞོན་
ཆང་མའི་ཁ་བདའི་བཞོད་བྱ་རུ་མ་གྱུར་པའི་ཉིན་གཅིག་ཀྱང་མེད་
ཅས་བཞོད་ཆོག་དེ་རྒྱར་བྱིས་དུས་ཀྱི་བྱི་མས་མ་གོས་པའི་བཅེ་
མདངས་ལ་བར་ཆད་ཀྱི་ཐོག་དང་ཐན་སེར་གང་གིས་ཀྱང་གཞོད་
མ་ཐུབ་པར་རིམ་གྱིས་དཀའ་ཁག་གི་ལོ་རྒྱུ་རྗེས་སུ་བསྐྱར་ཏེ།
བཅུ་དྲུག་ལང་ཆོ་ལི་འདབ་མ་རིམ་གྱིས་སྟོན་པར་གྱུར།

གསུམ།

དོན་གྲུབ་དབང་འབྱུང་ཡང་པོ་ལོ་དྲུག་གསུམ་བཅོ་བརྒྱད་ལ་
བྱད་དེ་སྟོ་པ་ལ་མི་འདྲི་ཞིང་ཟས་མ་ལ་མི་སྟོང་པའི་དུས་ལ་སྟེ་བས།
པོ་རྩེ་འདྲི་དག་གི་མིང་ལ་ཨ་པ་བཞུན་འཛིན་དང་ཕུ་བོ་དོན་ཁོ་

གཉིས་ཀྱི་འཆོ་བར་ཡང་འགྱུར་སྟོག་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་
ཞིང་། དེ་ཡང་དོན་ཁོ་ཉིན་ཞིག་ཨ་པའི་ངག་བཅོལ་རྒྱར་རྫོང་
ཐོག་ལ་མོང་ནས་གོས་བཟོ་འགོ་གཅིག་དང་། ང་ནག་གཅིག་
ཆང་རྒྱ་མ་གང་བཅས་ཅ་ལག་ཅིག་ཅིག་མང་པོ་ཞིག་ཉིས་ཏེ།
འདྲི་དག་ནི་པལ་ཆེར་བདག་གི་སེམས་ཀྱི་ཆ་དང་སྟོང་གི་ཡ་སྟེ་
སྟོང་རྒྱག་མ་གཡང་སྟོན་བདག་གི་མནའ་མར་བསུ་བའི་ཐོག་མའི་
སྟོང་ཆང་མིན་ན་ཅི་ཡིན་བསམ་སྟེ། གནམ་སྟོང་ས་མཚོངས་
ཀྱིས་གཞས་རིགས་མི་འདྲ་བའི་སྒྲ་ཆོག་དེ་སྟོད་གདངས་མཐོ་
དམན་གྱི་དབང་ས་ཏར་བསྟོན་ནས་དགའ་བ་སྟོང་དང་སྟོ་བ་
འབྱུང་གྱིས་སྟོས་བཞིན་ཕྱིར་འོང་འགོ་བཙུམས། རྫོང་ཐོག་ནས་
ཕྱིར་ལོག་སྐབས་རྒྱ་ལམ་གཡས་གཡོན་གང་སར་སྟོ་ཆལ་འཆོང་
མཁན་མགོ་ལ་ཁྱོ་མོ་དཀར་པོ་བྱོན་པའི་ཁ་ཆེའི་རིགས་དང་། བོང་
སྟོད་ཏུ་མ་ཏིག་བགད་པའི་རྒྱ་མི་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གིས་མདུམ་
དུ་ཞོགས་ཁོག་ལ་ཐུག་ལོ་འཁོར་པད་ཆལ། སུན་མ་ཆེ་རྒྱུང་
སོགས་རང་གིས་བདེ་བཞོག་པའི་ཆལ་རིགས་མང་པོ་ཞིག་མདུམ་
དུ་བསྒྲིགས་ནས། རིན་གོང་ཡང་ཏུ་ཅང་མཐོ་བོར་ཆོང་བཞིན་
པ་མཐོང་བས། ཕྱིར་རང་བྱིས་དུ་ཡོང་ནས་པ་བྱ་གཉིས་ཀྱིས་
བྱོས་ཁ་སྟོར་མོ་རྩེ་འདྲ་བ་ཞིག་བྱས་ཏེ། ཞིང་ཁ་མང་པོ་ཞིང་
ལ་ཆལ་རིགས་འདྲ་མིན་བདེ་བཞེས། ཨ་པ་རྫོང་ཐོག་ཏུ་སྟོ་ཆ་
བཅོང་དུ་སྟེན། རྫོང་ཐོག་ཏུ་སྟོད་པའི་བོད་རིགས་ལས་བྱེ་
པ་འགའ་མེ་དང་། འབྲོག་སྟོགས་ནས་ཐོན་པའི་ཏ་ལེན་ཁུ་
མཁན་གྱི་འབྲོག་པ་ཆང་མས་ཁོ་རང་མཐོང་ཆེ་ལ་མཚར་པོ་
ཉམས་དང་བཅས་དུངས་པའི་འཇུ་མཁའ་ལྟག་པོར་སྟོན་བཞི་
རྒྱན་དུ་འཆང་ཁ་བརྒྱབ་སྟེ། སྟོ་སྟོ་ཆལ་གང་ཐུབ་ཐུབ་ཅི་
ཁྱེར་འོང་ན་ཡང་སྟེ་དྲོར་ཕྱིར་རྒྱག་མེད་པར། མ་འདང་པོ་
རྒྱག་ལས་མི་བྱིན་པའི་སེམས་ཁུལ་ཅ་བ་ནས་མེད་ཅིང་། ཉི་
རེར་ཀུན་དགའ་དོན་འགྲུབ་(སྟོར་མོ) ཅིག་མ་ཅིག་མ་བྱས་
ཐངས་པས། ཨ་པ་བཞུན་འཛིན་ཡང་སྟོད་པའི་སྒྲ་དང་དག

པའི་བྱོམ་འབྲུག་ཀྱང་ཡ་མཚུངས་མཁུ་ཉིང་ཕན་ཚུན་འབྲུག་
 དཀའ་པའི་ཆོད་དུ་གྱུར། ཉེ་འགམ་གྱི་ཁྱེ་མཆོང་རོགས་ནམས་
 གྱིས་ཁོ་ལ་སྤང་མིག་གིས་ལྟ་བཞིན། “པོད་རིགས་སྒྲེན་པ་ཆོས་
 ནང་ན་ལྷན་པ་མ་རུལ་པའི་ནད་པོ་གཅིག་འདུག་གྱ” ཞེས་ཀྱི་
 ལྷན་གྱིས་ཕན་ཚུན་ནང་གཏམ་གྱི་ཚུལ་དུ་བཞེད་བཞིན་འདུག་
 རིམ་གྱིས་ས་ཁྱོན་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ཉོས་ཏེ་ཆོང་ཁང་གཅིག་དང་།
 ཟ་ཁང་ཞིག་ཀྱང་ཕྱེས་སྟབས། ཆོང་བདག་བསྟན་འཛིན་ཞེས་
 རྒྱ་ཆང་ལྷེ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། རྒྱ་ཆང་ཡོངས་ན་ཕལ་ཆེར་ཁོ་མི་ཤེས་
 པ་ཞིག་མེད། “མི་དོ་ཐང་ཆེ་བ་རྒྱ་དང་། འགོ་ཐང་ཆེ་བ་
 ཆེལ་” ཟེར་བ་བཞིན། ལྷན་པས་འདིར་ཡ་འབྲུག་དང་ཆེན་དང་།
 ཡ་ནེ་བདེ་མཆོག་ཉོས་གྱིས་ཀྱང་རྩོམ་ཀྱི་ལྷན་པ་གཡུགས་ཏེ། རྒྱ་
 ཐོག་ཏུ་ཡོང་སྟབས་འཛིན་ཆེན་ཉེ་ཉེ་ཆུལ་གྱིས་ཆོང་རྩལ་
 ནམས་བཅོང་རོགས་དང་། ཟ་ཁང་ནང་ལས་རོགས་བྱེད་པ་
 སོགས་མ་བཅོལ་དང་ལྷངས་གྱིས་སྒྲུབ་པ་མང་ནས་མང་དུ་བྱིན་
 ཅིང་། ལྷན་པར་ལོ་ན་ལྷེ་བཅུར་འབྲུག་ལ་ཉེ་པའི་ཡ་ནེ་བདེ་
 མཆོས་འབྲུམ་ཏུགས་སྒྲུལ་གས་བསྟན་ཏེ་ཡ་ཕ་བསྟན་འཛིན་ལ་
 རྒྱ་ཆུང་གིས་གཞུ་བ་དང་། ཁ་རྩལ་སྒྲུག་ཉེར་བྱེད་པའི་རིགས་
 མཐོང་ཆེ་ཁྱེད་རང་ཡང་དངོས་ནས་གད་མོ་འཆོར་ངེས་ཡིན།
 ལང་ཆོད་པ་ལ་བབས་པའི་དོན་གྲུབ་དབང་འབྲུམ་ནི་གཤིས་རྒྱུད་
 དང་ལ་ལྷན་སྟེས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་དོན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཀན་
 དར་གཞོན་གསུམ་སུ་ལའང་མཆོར་གཏམ་དང་ཀྱ་རེ་ཅེ་བར་
 དགའ་ཞིང་། ཁ་ཁོག་མེད་ལ་མི་སུར་ཡར་འཆམ་པོ་མཐུན་པོ་
 བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས། བྱིས་པ་སྟབས་ལུག་ཆང་མས་ཀྱང་
 ཁོ་མཐོང་ན་“ཡ་འབྲུག་ཏོ་ཁོ་” ཞེས་མཐའ་ལ་རུབ་ཡོང་བ་ཡིན།
 ལྷན་པར་དུ་ཁོ་རང་པོ་རྩལ་ཆེ་ཞིང་པོ་ཉམས་དོད་པོའི་གསར་
 བུ་སྟོང་རྩེ་པོ་ཞིག་ཡོད་པས། རྩེ་བ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་གཞོན་ནུ་
 མ་ཆང་མས་ཁོ་རང་དོ་མི་ཤེས་པ་དང་མིང་མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་
 ཕལ་ཆེར་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད། མཆོན་མོར་བུ་མོ་འཆོལ་བར་འགྲོ་

དུས་ཀྱང་པོ་གསར་མང་པོ་ཞིག་གིས་ང་དོན་གྲུབ་དབང་འབྲུམ་
 ཡིན་ཞེས་བུ་མོ་ཆོར་མགོ་བསྐྱར་ཏེ་བྱ་བ་ལས་པའང་རེ་འགའ་
 བྱུང་ཚུང་། ལྷན་པར་ཡ་ཕ་ཁ་བྱམས་ཆང་གི་བུ་མོ་གཡང་སྟོན་
 དང་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་ཤེས་ནས། གསར་མོ་མང་པོ་ཞིག་
 གིས་སྒྲག་དོག་གི་རྒྱུད་དམར་གཡུགས་པ་དང་། བྲ་མ་ཡི་ཆ་
 གི་འདེབས་པ་སོགས་སྟོར་ངན་གྱི་འགལ་རྒྱུ་ཆེ་ཕྱ་ལན་མང་
 ཅིག་བྱུང་ནའང་། ཁོ་གཉིས་ཀྱི་མི་ཤིགས་དེ་རྩེ་མདུད་པ་ལྟ་བུའི་
 བཅོ་དྲུང་ལ་ཆག་འཛིག་གི་གྲུ་བུར་ཅམ་ཡང་མ་སྟོགས་པར་མ་ཟད།
 ལྷན་པས་ལྷན་པའི་འཛིག་ཏེན་གྱི་མཐུན་སྤང་ཞིག་གིས་མ་ཤི་
 གསོན་བུལ་མི་བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་ཡང་བཞག་ཆར་འདུག་
 གཞོན་ནུ་མ་གཡང་སྟོན་ནི་དོན་ཁོད་ན་ཆུ་ཡིན་ལ། མོ་ནི་གཞན་
 གྱིས་བཞེད་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པོ་སྟོན་མོ་མཁའི་ལྷ་མོ་འདྲ་བ་ཞིག་མིན་
 ཡང་། རྒྱ་ཆང་ལྷེ་བའི་ན་ཆུ་ཆོས་གས་ན་རྒྱ་སྐར་ཁྲིད་ཀྱི་ཆུ་བ་
 ལྷར་འཕགས་པས། བཟང་ཤེས་རྒྱ་དང་ལག་ལས་ཀ་གང་གི་
 སྟོགས་ནས་ཀྱང་ནན་མགོ་དཀར་ཆང་མའི་བསྟགས་པ་བཞེད་
 ཡུལ་དུ་གྱུར་ཡོད། གསར་བུ་འགའ་རེས་སྟོང་རྒྱུད་སྟོང་ལ་འཆང་
 བཞིན་མོ་ལ་གྲོགས་པོ་སྟེག་ཞེ་བྱུབ་ཀྱི་གོ་སྟབས་སྟོང་ཅི་བྱུབ་བྱེད་
 ཅིང་། གཡང་སྟོན་ལ་འོ་ཞིག་བྱེད་བྱུབ་ཆེ་ན་ཞིག་སྟེར་དགོས་
 ཀྱང་འགྲོད་པ་མེད་ཅེས་པའི་སྐད་ཆ་ཡན་པོ་ཞིག་ཀྱང་རྒྱ་ཆང་
 རྩེ་པའི་ཁོར་ཡུག་ཀྱན་ན་བར་མེད་དུ་སྤང་ལ། དེ་བས་ཀྱང་གཞོན་
 ནུ་མ་སྟོར་ཞིག་གི་སེམས་ནང་ལ་སྐད་ཆ་འདི་སྟོང་མགོར་
 འཕངས་པའི་མདེའུ་ཞིག་དང་འདྲ་བར། བཟོད་པའི་ཐབས་གྱིས་
 སྟོང་བས་གཡང་འཛོམས་ཀྱི་དོ་ཆ་བུལ་ཞིང་འུ་བྱུག་པའི་སྟོག་
 དེ་རི་བོ་འདྲ་ཞིག་བསྐྱངས་པར་ཡང་ཁག་མེད། མཐར་གཏུགས་
 ན་མོ་ལན་པའང་མིན་ལ། ཡ་ཕ་བསྟན་འཛིན་དང་ཡ་ནེ་བདེ་
 མཆོག་ཉོས་ཀྱི་རྒྱུད་ངན་འབྲེལ་བྱས་པ་རེད། ཁོང་གཉིས་རི་
 ལྷར་ངན་འབྲེལ་བྱས་སྟོར་ཡང་ངས་རིམ་གྱིས་བཤད་ངེས་ཡིན།
 མཆོམས་འདིར་ངས་རྒྱུད་དུས་ཀྱི་གཡང་འཛོམས་སེམས་ལ་དུན་

ཏེ་“ཨ་ལེ། ཁ་རྒྱགས་པ། ཟླ་བ་འཕྲོག་མཁན་གྱི་ཕུ་མོ་
དེ་ཨེ་རེད་” ཞེས་དྲིས་པར། རྫོང་བཟང་གད་མོ་དགོད་བཞིན་
“དེ་རེད་ དེ་རེད་” འོན་ཀྱང་མོ་རང་ཡང་ད་ལྟ་མོ་ལོ་བཅུ་
དགུ་ལ་བྱུང་དེ་ཡག་མོ་སྒྲོའང་གཡང་སྒྲོན་ལ་མི་དོ་ཡང་ན་རྒྱ་ཚོའི་
གྲས་ནས་བཟང་གྲས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། གནས་ལའང་ཐེངས་
གཅིག་སྤོང་ཆར་བ་རེད། ནར་སོན་ནས་མེའི་རང་གཤིས་ཀྱང་
ཆུང་དུས་ལས་ཏ་ཅང་ཆུ་ལ་ལྷན་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད། མོ་དོན་ཁོ་
ལ་གི་མ་གི་དགའ་བས་གནས་ལ་འགྲོ་ཁར་ཡི་གེ་ཞིག་ཀྱང་བསྐྱར་
འདུག་ལ། ཡི་གེ་དེ་ནི་ཞོ་ལྷར་ཆགས་པའི་ལྷ་ཆང་སྡེ་བ་ད་ཀྱི་གས་
བྱེད་ཀྱི་འབར་གས་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཅིང་། དེ་ཡང་མོས་
ཡི་གེའི་ནང་འདི་ལྷར་བྲིས་ཡོད།

༡། །བཙེ་ལྷན་གྲོགས་མཆོག་དོན་གྱུབ་དབང་འབྲུམ་
ལགས།

ང་ནི་ངོ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་མིག་ལམ་ན་མི་མཛེས་པའི་ཕུ་མོ་སྒྲིན་མ་
ཞིག་ཡིན་སྲིད་མོད། འཛིག་རྟེན་གྱི་བཙེ་དུང་ལ་མཐོ་དམན་
དང་ཡག་བཙོག་གི་དབྱེ་བ་ཤིག་རྒྱ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་སྲིད།
ངས་ཁྱོད་ལ་བཅངས་པའི་བཙེ་བ་དེ་ནི་རྩ་རྒྱ་མཆོ་ལས་གཏིང་
ཟབ་ཅིང་། རོ་མོ་སྒྲུང་མ་ལས་དཔངས་མཐོངས་ཤིག་མིན་ན།
ནིན་གསུམ་ཟས་ཀྱི་ཡིག་དང་མཆོན་གསུམ་གཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་དང་
གཏན་བྲལ་དུ་སྤོང་ནས། བྱེ་ལུས་གཤམ་གཤིང་གི་འདི་འང་
འདི་ལྷར་སྒྲུབ་ཞིང་རིད་པར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་གཞན་ནི་ཁ་བཙེ་ཅམ་
ཡང་མེད་ཅིང་། ལྷག་པར་དུ་ང་རང་གི་ད་ལྟའི་ཁྱོད་གའདི་དང་
བྱེ་སྡེ་བའི་བྱེ་ཁ་གང་ལའང་མ་འདོམས་པར། རང་སེམས་སྒྲིམ་
པ་གང་བོ་ལག་མཐིལ་དུ་སྒྲུངས་ནས་ཁྱོད་མདུན་དུ་བཤམས་པ་
འདིས་ཀྱང་ང་ལ་རྣམ་དག་གི་དུངས་པ་ལྷད་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་ཡོད་
པ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྟོགས་ལོས་ཡོད། དོན་ཁོ་ལགས། བྲིས་པའི་དུས་
ཀྱི་བདག་གི་མི་དྲི་མི་བྱོ་བའི་བྱ་སྤྱོད་དེ་རིགས་ཡིད་ལ་བྱན་ཆོ།

དངོས་གནས་རང་ཉིད་ནི་མི་སེམས་བྲལ་བའི་ཕུ་མོ་ལྷས་ངན་ཞིག་
རེད་སྒྲུལ་སྒྲེ། འགྲོད་པ་ཡི་འབྲུགས་དར་ཞུ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་
གིས་ནམ་ཡང་བདག་གི་སྒྲི་སྤོང་མཆོན་གསུམ་ལ་བག་ཤེབས་ཀྱི་
དྲོད་འཁོལ་ཅིག་རྒྱས་སུ་བཅུག་མ་སྤོང་། ངས་དེ་རིགས་བསམས་
ཤིང་བསམས་ཤིང་དུས་སྤོང་བའང་ཐེངས་གཅིག་གཉིས་ཤིག་
གིས་ག་ལ་ཆད། ཆུང་དུས་ཀྱི་བསམ་མ་ཤེས་པའི་ཉེས་པ་དེ་
རིགས་བཤགས་ཆེད་དུ་ངས་ཁ་སང་ནས་ལྷང་བཤགས་སྒྲོ་འདོན་
བྱས་ཏེ། ཁྱོད་ལ་བྱ་གཉིས་ལ་བཤགས་པ་རྒྱག་རྒྱའི་སྤོང་གི་དམ་
བཅའ་དེའང་དོན་གྱི་ལག་ལེན་དུ་བསྒར་བཞིན་ཡོད། ངའི་ད་
ལྟའི་ཉམ་ཐག་གི་གནས་སྤངས་འདི་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ང་
ལ་ཅིས་ཀྱང་གྲུ་ཡངས་ཤིག་གནང་རོགས། ངོ་མ་འཛིག་རྟེན་
སྤང་བ་ཟེར་བ་འདི་ལས་ཤེས་པ་བཅོན་པོ་ཞིག་མེད་སྐབས། རྫོང་
བྲེ་ཁྱིམ་བར་ནས་ལག་ལས་ཀ་གང་ཞིག་བྱེད་དུས་ཀྱང་བདག་
གི་རྟོད་ལ་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ་རྣམ་ཡང་སྤོང་སྤོང་ཅིག་བྱུང་
བའི་གོ་སྐབས་ནི་རྣམ་མཁའི་མེ་དོག་གི་རྒྱ་རུ་འགྱུར་ཞིང་། ཉིད་
ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་དང་ངག་གི་འགྱུར་ཁྲག་ཡོད་ཆད་ཀྱིས་
ངའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་རང་དབང་ཐམས་ཅད་གཞན་དབང་དུ་བསྐྱར་
བས། འདི་ལྷར་བདག་གི་མི་ཆོ་ཞིག་བསྐྱལ་བ་ལས་གིན་དགའ་
བསམ་པའང་ཉུང་ཉུང་ཞིག་ཡི་ནས་མིན། དོན་ཁོ་མགོ་ནག་མི་
ཡི་ལས་དབང་ཟེར་བ་འདི་ནི་དབྱར་ཁའི་གནམ་ངོ་དང་འབྲེ་བར་
སྒྲུང་ཅིག་སྒྲུང་ཅིག་ལ་འགྱུར་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཤིང་
ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲུ་ས་ནས་ལས་དབང་ལ་གཏན་ཆོགས་བཀོད་ན་འོས་
འཆོམ་ཞིག་མིན་པར་སེམས། རང་དོན་གྱི་རྒྱུ་ལམ་ཁོ་ན་འདི་
པ་ལས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་དང་གི་གསོན་གྱི་ཐང་ཆེན་ལ་མེད་
ཟུར་ཅམ་ཡང་མི་འཕེན་པའི་སྒྲེས་བྲེད་ལས་ཅོ་ལ་ཆུང་ཞིག་ག་
བར་ཡོད། དེ་ཡང་བྲག་མི་ཤིས་པ་ཞིག་ལ་ཁ་སང་ང་རང་རྫོང་
ཐོག་དུ་སྤོང་ནས་སྒྲན་པར་བསྒྲན་དུས་སེམས་ངལ་འདིས་སྒྲེས་
པས་བདག་ལ་སྒྲོན་ནང་(T.B.)ན་ཆ་བྱུང་འདུག་ཟེར་བའང་ཡང་།

ངར་སྐད་གསར་བའི་འཕྲོད་སྐྱེ།

དཔལ་ལྷན་རྩེ། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

༡༥

སུ་ཞིག་གིས་རང་དབང་འོད་གསལ་གྱི་ལམ་ཆེན་འགོག་ཅིང་།
 སུ་ཞིག་གིས་ཆོ་གདུང་མེ་འོད་ཀྱིས་མནར་གཅོད་གཏོང་ན།
 སུས་ཀྱང་འོད་དུ་སྐྱོད་པུ་ལག་ལྷན་མར་འབྲིན་ལ།
 སུས་ཀྱང་གིབ་བསེལ་གྱི་གདུགས་དཀར་མུར་བར་འདེགས་སྤྱོད།
 མི་ལོ་ལྷ་བཅུའི་ཡར་བཞུལ་བའི་དུས་ཆོད་ཀྱི་ཁ་དོག་སྤྲེ།
 ཆེས་དྲག་སྤྱོད་དང་གནའ་གཞོན་གྱི་འཁོར་བསྤྱོད་ཅིག་དུ།
 རེ་སྤྲུག་གི་ཕྱག་གིས་བདས་པའི་ལོ་རྒྱུན།
 དན་གདུང་ཕྱི་མོའི་བསམས་གཞིགས་ཀྱི་དང་ག་ན་མེ་ལྷར་འབར་ཞིང་།
 བརྟེ་མེམས་དཀར་པོའི་ཡིག་དྲུག་གི་བརྒྱས་བརྗོད་བར་ན་རྒྱབས་ལྷར་འཕྱོ་ཡང་།
 གཏོར་བཅོམ་དང་སྤྱོད་པུ་ལག་ལྷན་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ལས།
 བར་དུ་འང་རང་དབང་གི་ལམ་ཆེན་མཐོང་མི་འདུག་ལ། མཐོང་མི་འདུག
 དངོས་གནས་གཅེས་སུ་འོས་པའི་བྱེད་ཀྱི་མ་ཡུམ་གྱི་ས་གནི་སྤྲེ།
 ཆེས་བསམ་སྤྱོད་རང་པའི་གདུག་རྒྱུབ་ཀྱི་མེ་དཔུང་དམར་པོས།
 ཐལ་བར་བསྐྱེད་པུ་ལག་ལྷན་ཀྱིས་ཏོགས་སམ།
 གྱི་བདག་གི་ལས་དབང་གི་ལྷ་ཆེན་ལགས།
 གསལ་རིག་བཟུང་བའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱན་ཐག་ཕྱ་མོ་འདི།
 མོངས་མུན་དང་བཅོན་འདུལ་གྱི་རྒྱགས་སྒྲོག་ལས་ཐར་བར་རྒྱགས་དང་།
 འཛིག་རྟེན་གསར་བའི་ངར་སྐད་ཀྱི་ཆེད་དུ།
 ང་ཆོས་ལག་ནང་བྱི་ཕྱག་གི་སྤྱོད་བསྤྱོད་ཟིན་ཐོ་ཞིག་བརྒྱད་མར་བྲིས་ཆོག་ལ།
 རྣམ་འབྲེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཟུང་མོའི་མདུན་བསྤྱོད་ཀྱི་གོམ་སྒྲས།
 ང་ཆོས་ཞི་བདེ་དང་རང་དབང་གི་མཆོད་སྤྱོད་འཛམ་གླིང་དུ་སྤྱོས་ཆོག

३३

31

པར་ཆེན་ལགས།

ཆེ་མཆོག་དྲི་རྒྱུ། (རིག་གནས་ཀྱི་པ།)

༡

བརྒྱུ་བཅོས་ཀྱི་གདུང་བས་མཚན་ཅིང་།
ལ་ཀྱི་ཡི་སྒྲིམ་པས་མཚན་དུས།
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ངར་རྒྱ་ལུང་པའི་བྱེད་པོ་སྒྲི།
པར་ཆེན་ལགས་.....
བྱེད་ཀྱི་ཞབས་རྒྱུ་ཡབ་ས་ནས་རིགས་ཞེན་གྱི་ཐུ་གུ་འབུས་ལ།
གསུང་གི་ཉིང་བརྒྱད་འཛོམས་ས་ན་རང་དབང་གི་ས་པོན་འཁྱུངས་པས།
སྒྲིམ་ཆེན་གྱི་རྣམ་ཐར་ཁོ་ནས་བྱེད་ལ་ལམ་ཁ་གཅིག་ལས་མ་ལྟག

༢

ཐོད་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲིབས་པ་དེས།
བྱེད་ཉིང་འཛིག་ཉེན་དང་རྒྱུ་དུ་བྱེས་ཀྱང་།
བཟོད་པར་དཀའ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྱོད་གུད་ཅིག་ལས།
ཉིང་གྱི་སྒྲིམ་ཆེད་ལ་མཛད་མཐའ་མེད་པ།
མ་ཆི་བགྱང་མཁན་ཆོའི་སེམས་ན་བྲིགས་བྲིགས་ཡིན།

༣

ཉིང་གྱིས་རྒྱུང་རིང་གི་གྲོགས་པོ་དྲན་པར་ཁག་མེད་དེ།
མང་ཁ་ཉུང་བས་མི་ལོན་པའི་གནས་ལུགས་དེས།
བྱེད་ཉིང་གཅིག་ཕུས་ས་ལ་དུག་གི་བདེ་སྤྱད་འཆོ་དགོས་པའི་ཕྱིར།
སྤྱིང་གཏིང་གི་བྱ་བཞག་འགྲུབ་པ་ལ།
ཉིར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཞིག་དགོས་ངེས་ཡིན་པ།
སེམས་ནས་དྲན་པའི་གྲོགས་པོ་ཡིས།
འོ་སྒྲོལ་གྱི་ཕུགས་རེ་ལ་བྱ་གིས་ཀྱི་འཕྲིན་བཟང་སྒྲོག་པར་ཐག་མི་རིང་ཡ
པར་ཆེན་ལགས་ རྣམ་པ་མཐའ་ཡས།



དགེ་འདུན་དོན་ཡོད། (རིག་གནས་ཀྱི་པ།)

འགྲོག་པའི་མོ་གསར་ཙུ་ཆུང་དོན་དུ་གི་མཆོན་སྒྲིག་ཆུང་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 རིག་པའི་དཔལ་པོས་སྒྲིག་གསུང་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 བཅོན་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 རིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།

ས་ཡ་དུག་གི་གཞིས་ལྷན་ལྷན་དུ་བཅོན་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 གཞིས་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 ཆེ་བ་ལྷན་པའི་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།

གཞིས་བཞུགས་པའི་མིས་གསུང་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 བཅོན་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 བཅོན་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།

ལུས་རྒྱུ་ཡིན།
 མཆོན་པའི་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 ཆེ་བ་ལྷན་པའི་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།
 བཅོན་སྒྲིག་པ་རྒྱུ་ཡིན།

ཁྲ་སིམ་པའི་མཐོ་སྒྲོབ།

དེ་མཁུན་ཆོས་མཆོ། (རིག་གནས་ཁ་པ།)



ཤེས་རབ་རྩལ་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་འཇམ་དཔལ་དབྱངས།
 སྒྲན་ངག་མོར་གྱིས་ཕྱག་པའི་དབྱངས་ཅན་མ།
 འདི་ཕྱི་ལོ་ལ་མཁོན་སྒྲུབས་རྒྱལ་པའི་དབང་པོ་སྒྲེ།
 རྒྱན་ཅན་བསྐྱེད་ནམ་གསུམ་གཙུག་གི་རྒྱན།
 སྒྲན་འཇམ་པས་ཆོག་གི་ན་རྒྱན་ཅང་མེད་ཀྱང་།
 བསྐྱལ་བཟང་དུས་ཀྱི་སྒྲུ་རེངས་ཤར་བན།
 བརྗོད་འདོད་སྒྲིང་ལ་སྒྲུང་བའི་གཤམ་མ་ཞིག།
 བྱིས་པ་འདི་ཡང་ཁོ་མོའི་ལས་སྐལ་ཅམ།
 རྒྱང་ཆེན་འགྲིངས་མི་རྒྱུ་བཞིན་བརྗོད་པའི་སྒྲིང་།
 ས་རྒྱུ་མཐོ་སྒྲོབ་དགའ་ཚལ་འདི་གནས་ཤིང་།
 རྒྱ་སའི་སྒྲིད་རྒྱ་འདྲ་བའི་རྒྱ་པོ་ཡང་།
 གཡས་གཡོན་རྒྱལ་མདུན་གཉིས་ནས་དལ་བུར་རྒྱ།
 རྒྱགས་ཚལ་སྒྲུག་པོས་སྒྲིགས་མཐར་བསྐྱོར་ན་ཡང་།
 གཏུམ་དྲག་གཅན་གཟན་གཅིག་ཀྱང་དཔེན་པའི་གནས།
 བྲ་ཆོགས་མཁུན་རྒྱ་འདྲ་བའི་སྒྲིད་པའི་གནས།
 གངས་ཅན་ཞི་བདེའི་སྒྲུང་བརྒྱན་འཕྲོས་དང་མཚུངས།
 གནམ་གཤིས་ཆ་གང་སྒྲོམས་པའི་རི་སྒྲུབ་ན།
 སྒྲོན་ཐོག་འབྲས་དཀར་ལྗེ་གང་དགོས་ཀྱང་།
 ཟ་བར་འདོད་པའི་འབྲས་བཟང་སྒྲིན་པ་ལས།
 ཞི་བདེའི་ཁོར་ཡུག་འདི་ནི་རྒྱ་ཡུལ་བཞིན།
 ཤེས་བྱའི་ཁོ་ལག་རྒྱོགས་སའི་གནས་འདི་རུ།
 རྒྱ་རྒྱུ་ཤེས་རྩལ་རྒྱས་པའི་སྒྲོབ་མ་རྒྱམས།

དད་གུས་ཞི་བའི་འཇམ་བག་དགོད་པ་འདིས།
 འཇམ་སྒྲིང་ཞི་བདེ་ཡོང་བའི་རྒྱུ་འབྲེལ་གྲུབ།
 སྒྲིགས་རིས་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པའི་ཆོས་ལུགས་དང་།
 སྒྲོན་མེད་སྒྲིགས་རྒྱུང་དཔེན་པའི་སྒྲུ་སེར་སོགས།
 སྒྲོན་མེད་འཇམ་སྒྲུན་གསར་པའི་ཕྱག་རྒྱེས་འདི།
 རྒྱོ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་བསྐྱུབས་པའི་ཕྱགས་རྒྱེ་ཡིན།
 ཆད་མ་རིག་པའི་དགག་བཞག་ཐོག་མེད་པ་ཡང་།
 སུམ་རྒྱགས་རིག་པར་དབྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུང་།
 སྒྲན་ཆོག་རིག་པའི་བསྐྱོད་དབྱངས་སྒྲན་མོ་སྒྲོག།
 ས་རྒྱུ་མཐོ་སྒྲོབ་གྲགས་པའི་མེ་དབྱུང་འབར།
 གུས་རྒྱག་ཤེས་བྱར་བརྗོད་པའི་སྒྲོབ་མ་དང་།
 ཡང་དག་ལམ་ལ་འདྲེན་པའི་བཤེས་གཉེན་བྱུང་།
 འགྱུར་མེད་དམ་ཆོག་དྲི་རྒྱུ་མདུད་པ་ནི།
 བསྐྱལ་བྱ་མེད་པ་མ་བྱའི་བརྗོད་བཞིན།
 འདི་དག་ཁོ་མོའི་རྒྱུ་དཔྱད་བཞུར་རྒྱུན་དང་།
 ལང་ཆོའི་འདོད་རྒྱུ་འཇོམས་པའི་རྒྱུང་དོགས་ནས།
 བརྗོད་འདོད་འཆོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུས་འཕུར་བ་འདི།
 རྒྱ་རྒྱུ་དགའ་མ་དག་གི་མདུན་དུ་བཤམས།



ཡུལ་ཕྱང་ཙོམ་པ་པོ་ཞིག་ལ།
ཐང་དོན། (རིག་གནས་ཁ་པ།)

༡

སྒོང་འཇགས་ཀྱི་སྒྲག་རུམ་སྒྲག་ས་ཞིག་དུ།
ཐག་སྒྲིབས་ན་ཡིབ་པའི་བྱིས་པ་ཆོས།
སྐར་མ་སྒྲིན་དུག་གི་ཆུ་ཐག་ཆད་པའི།
མོ་རྒྱས་ཤིག་གི་རོལ་དབྱངས་ཁྲིད་ནས།
གནམ་སྒྲིན་མོའི་མིག་ཆུ་སྒྲིན་གསེབ་ནས་འདྲེན་དུས།
ཁྲིད་བྱིས་སྒྲང་ཆེན་ཐལ་དཀར་གྱི་མཆེ་བ་ས་ལ་བཅུགས་དེ།
ན་རྒྱག་གི་སེམས་པ་ཕྱི་མོ་ཞིག་གི་དོག་ཁྲེས་བདེགས་ནས།
གངས་རིའི་ལས་དབང་གི་མཁའ་དབྱིངས་ལ་སྒྲིགས་མཛུབ་
བགྱད།

ཁ

སྒྲ་ལོ་རྒྱལ་ནག་གིས་བསྐྱས་ཤིང་།
ཐོབ་ཤོར་གྱི་གོད་ཆག་སྒྲིང་ལ་ཕྱི་བའི།
མཐོ་སྒང་གི་རྒྱང་ཁའི་མར་མེ་དམར་པོ།
ཁྲིད་བྱི་འོད་སྒྲང་གི་དྲོད་རྒྱབས་ལས།
གང་རེག་གི་སེམས་པ་གངས་མེད་ཅིག་གི།
གསོན་ལྷགས་ལ་མངར་ཁུ་འཕྱར་ཞིང་།
མིག་ཆུའི་བརྒན་གཤེར་བྱིས་བརྒྱས་པའི།
སྐས་གཞིན་རྒྱངས་པ་འབྲུལ།
ཁྲིད་ནི་ལས་དབང་གི་མགྲིན་པ་གཉིད་ལས་སངས་པའི།
ཆོར་མའི་ཁོར་ཡུག་གི་རྒྱང་ལྷག་གསར་སྒྲིས་ཤིག

དགེ་སྒྲིག་གི་ག་འཁོན་མ་འཇགས་པའི་སྒྲིས་ཆེན་ཆོས།
ཅིད་འཛོའི་འཇིག་རྟེན་ནས་གད་མོ་ཐག་ཐག།
ཆི་ལམ་ལས་ཕྱགས་ནོར་རྒྱན་ལ་གོར་དུས།
ཁྲིད་བྱིས་སྒྲིན་དཀར་གྱི་མགུལ་རྒྱན་གཡོ་བའི་རི་ཅི་ནས།
དངས་གཙང་གི་སེམས་པ་རྒྱང་ལ་སྐྱར་བཞིན།
གསེར་མདོག་མགྲོན་པོ་ཇག་ལ་ཆས་བྱལ།
རྒྱངས་ཁྲག་གི་མཆན་མོའི་འཇིག་རྟེན་ལ།
ངས་འཕྱང་གི་ས་བོན་བྱུང།

ག

ཁྲིད་བྱིས་མདོན་སུམ་ལ་ཐེ་ཆོམ་དང་།
སྒྲིག་གྱུར་ལ་ཡིད་སྒྲིན་འཆོར་བའི།
གངས་ཅན་པའི་གཅེས་སྤྱག་ཆོའི།
མགོ་ཡོམ་འཁོར་བའི་སྒྲང་གཞི་སྐྱར་མོ་ལ་བསམ་བཞིན།
མཆིའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་གསང་བ་གཞས་ལ་འགྲུག་གིན།
འཆི་བདག་གི་ཕྱགས་སྒྲོ་ལག་པས་ཡང་ཡང་བརྟུངས།
འབྲིན་དཀར་བའི་ལྷགས་རིང་གི་སྒྲིག་རྩ་རེ།
བསམ་གཞིགས་ཀྱི་མེད་ཀྱི་ལས་མཆེད་བྱིན།
སྒྲ་ཙལ་གྱི་མིག་ཆུ་མོད་པོ།
གནའ་མཁར་པོ་ཏ་ལའི་དབྱ་རྒྱན་དུ་སྐལ།

གཞན་སྐྱུ་ཡིད་ཀྱི་ཕྱི་ན།

(ཨ་ཁུན་ཆེ་འཕེལ། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

ཀ་མ་ལ་ལྷར་ལྷག་བསམ་རབ་དཀར་ཀ་ཡི་གྲོགས་པོ་ནམ་པ་ཆོ།

ཁ་མཁས་འདྲ་ཆགས་ཙམ་དུ་མ་ཡིན་ཁ་ཞི་གཉིས་མེད་རེ་སྐྱུ་ཞིག།

ག་རེ་བྱས་ཏེ་བྲིས་པ་ཡིན་མིན་ག་ལེར་སྒྲིག་ན་ཤེས་འགྱུར་བས།

ང་ཡི་རེ་བས་ཁྱེད་ལ་ཕྱི་ག་ན་ང་ཡིས་བཟོད་གསོལ་ལན་བརྒྱར་ཞུ།

ཅ་ཅོ་འདྲ་འཇི་ཆེ་སར་དུས་ཆོད་ཅ་གས་སློབ་ལ་མ་བཅོན་ན།

ཆ་མེད་གཞན་ཡུལ་སླེབས་པ་ཙམ་གྱིས་ཆ་ཆང་དམིགས་ཡུལ་མི་འགྲུབ་པས།

ཇ་ཆང་ཡོངས་སྒྱུད་སོགས་ལ་སྒྱིད་འདོད་ཇ་རོ་བཞིན་དུ་ལེགས་དོར་ནས།

ཉ་མོས་རྒྱལ་རྒྱལ་སྒྱུར་ལྷར་དུས་ལ་ཉ་རའི་ངང་ནས་སློབ་ལ་བཅོན་ན།

དུ་ལའི་བྲ་མའི་དགོངས་གཞི་སྐྱབ་པར་ཏ་ཐ་ག་ཐ་ཁོ་མིན།

ཐ་མག་ཆང་རག་ཁ་ཞེ་ལ་སོགས་ཐ་ཤལ་སྒྱུད་པ་རབ་སྒྲུངས་ནས།

ད་ཆའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོར་སློབ་ལ་ད་ལྷ་ཉིད་དུ་མ་འབད་ན།

ན་སོ་ནས་དུས་སྤྱིར་འགྱོད་སྒྱེས་ཀྱང་ན་གཞིན་དུས་ནི་ཡོང་རེ་སྐྱན།

པ་ཏའི་རེ་མོ་བསྐྱོལ་འདྲའི་གཞུང་ལ་པ་ཕའི་བྱ་ཡིས་སེམས་ཤུགས་ཀྱིས།

ཕ་ལམ་ལྷ་བྱའི་རིན་བྲལ་ཤེས་བྱའི་ཕ་མཐར་སྒྲོལ་འདོད་སྒྲོ་ཡོད་ན།

བ་གས་ཁང་བཟང་ནང་དུ་རྒྱན་དུ་བ་སྒྲུང་བཞིན་དུ་མི་འདུག་པར།

མ་ཡུམ་སློབ་སྒྲིང་འདི་རུ་ཞུགས་ནས་མ་རིག་མོངས་པ་མུར་དུ་ཆོམས།

ཅ་ག་ཅི་གི་ཞོར་ལ་མ་ཆགས་ཅ་གོ་ར་ལྷར་དཀར་བྱུང་ཀྱིས།

ཆ་གང་མེད་པར་རང་སྒྲོ་ཤེས་བྱར་ཆ་ཆ་ལུར་ལུར་འབད་པ་ལས།

ཇ་རོར་གདམ་འཆལ་རིགས་ལ་མ་ཞེན་ཇ་ཡའི་གཞུང་སོགས་སྒྲུང་གྱུར་ན།

ཉ་སྒྱེས་སེང་གའི་མིང་བདགས་མ་ཡིན་ཉ་ལྷ་བཞིན་དུ་མགོ་བོས་བཀྱར།

ངེས་དོན་གྱི་སྒྲོབ་སྒྱུ།

སྒྲོབ་ཟུར་ངག་དབང་ཚུལ་འཕེལ།

མ་ཡུམ་ས་རྒྱུ་ཡི་གྲིང་ལ།
 ཉམ་ཆུང་སྒྲོབ་ས་འདུག་རེ་ཞུ་ས།
 ཡུལ་འབྲམ་པུ་ཆུང་ངའི་སེམས་པས།
 ས་རྒྱུ་སྒྲོབ་སྒྱུ་ལ་བཞག་སོ།

གཞན་དོན་ལྟག་བསམ་གྱི་མེ་ཆུ།
 ཉིན་མཆན་དུས་དུག་ལ་བསྐྱལ་ནས།
 བྱེས་བྱོལ་བྱ་སྒྲོབ་གི་འཛོལ་ན།
 སྒྲོབ་མཁན་སྒྲོབ་སྒྱུ་བྱེད་བཞག་སོ།

ཚེ་ལ་གསུམ་ཕྱོགས་ལྟར་ལ་དབེན་ནས།
 རྒྱལ་བའི་ཐུགས་དགོངས་ལ་བརྩོན་ཏེ།
 སྒྲོབ་ཐོན་ཉམ་ཆུང་གི་མདུན་ལམ།
 སྒྲོབ་པོ་སྒྲོབ་སྒྱུ་བྱེད་བཞག་སོ།

པ་མཐའ་མཁའ་ལམ་ལ་བསྐྱོད་དེ།
 ལག་ཟུང་སྤྱིང་ཁ་རྒྱུར་བཞིན།
 བྱེ་གྲིང་མགོ་སེར་གྱི་མདུན་ནས།
 སྒྲོང་མཁན་སྒྲོབ་སྒྱུ་བྱེད་བཞག་སོ།

སྒྲོབ་གྲིང་བྱེད་ཚལ་གྱི་ནང་དུ།
 རྒྱས་སྒྲོད་གཅེས་འཛོན་ཞིག་སྤངས་ཏེ།
 ལས་བྱེད་པལ་པ་དང་མཉམ་དུ།
 བཞག་ས་མཁན་སྒྲོབ་སྒྱུ་བྱེད་བཞག་སོ།

སྒྲུ་ལུས་དུར་སྒྲིག་གིས་བརྒྱན་ཏེ།
 སྒྲི་ཚོགས་གསར་པ་ཡི་ཁྲོད་དུ།
 རིག་གཞུང་གཅེས་འཛོན་གྱི་ལྟ་བུ།
 སྒྲོབ་པོ་སྒྲོབ་སྒྱུ་བྱེད་བཞག་སོ།

ས་རྒྱུ་ཁོར་ཡུག་གི་དབུས་སུ།
 སྒྲོབ་མའི་དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་པར།
 ངལ་མེད་བྱ་བ་ལ་བྱ་དུས།
 བཅོས་མིན་སྒྲོབ་སྒྱུ་བྱེད་བཞག་སོ།

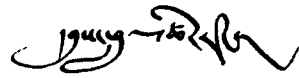
གཞི་རིམ་སྒྲོབ་གྱི་ཡི་ཁྲོད་ནས།
 རིག་གཞུང་སྤར་གསེལ་ཆེད་དུ།
 དོན་གཉེར་པོ་མོ་དག་བསྐྱུ་དུས།
 གཟུར་གནས་སྒྲོབ་སྒྱུ་བྱེད་བཞག་སོ།

མི་རིགས་ལ་བྱ་ལི་ལྟ་བུ།
 བཅོས་མིན་སེམས་ཁོང་དུ་བཅངས་ཏེ།
 བྱེད་ཚལ་སྒྲོབ་གྲིང་དུ་བཞག་ས་པའི།
 ངེས་དོན་སྒྲོབ་སྒྱུ་བྱེད་བཞག་སོ།



དགེ་གན་.....རྒྱལ་ས་ཆེན་གྱི་སྒྲིག་མེ།

(རིག་གནས་ཀ་པ།)



གྱེ་དུད། སྒྲུ་ཆོགས་དང་ཆུ་ལོད་ཀྱིས་སྒྲོང་པའི་ནམ་ཆུ་སྒྲེ།
 གས་ལང་ལོང་གི་སྒྲིག་ནག་འཁུབ་མ་དང་།
 དག་ཆར་དང་བུ་ཡུག་འུ་འུར་དུ་ལྷང་བའི་མདང་རྒྱལ་གྱི་མཆན་མོར།
 ཅི་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་རྣམས་མེག་མེད་དུ་བཅོམ།
 འབྲོང་གཡག་དང་མེང་དཀར་མོའི་བུ་རབས་རྣམས་སྒྲོགས་མེད་དུ་འཐོར།
 མ་ཆུ་དང་། འབྲི་ཆུ། སྒྲིད་ཆུ་ལ་ཤང་ཤང་གི་སྒྲུ་སྒྲུ་མེད་ཅིང་།
 སྒྲིག་ཉམས་གྱི་ལང་ཆོ་བྲལ།
 ཁེར་རྒྱུད་དུ་འཛོལ་བཤེད།
 གདུང་གདུང་དུ་འབོད་པའི་འཇག་སྒྲིའི་ཤུགས་སྒྲུ།
 རི་འབྲེའི་རྩ་བར་གཟན་ཨང་།
 ཡིད་མ་ཞུམ།
 ང་ཆོའི་མི་རིགས་དང་དུས་རབས་གྱི་མདུན་དུ་འགྲུང་བའི།
 གངས་ཅན་གྱི་དཔའ་པོ་སྒྲེ།
 ཁོ་ཆོས། མི་རིགས་ཤིག་གི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་ཆེད་དུ།
 དཀའ་སྤྱོད་དང་སེམས་ཁུར་གྱི་ལོ་རྒྱུ་ཆུ་མོའི་ནང་།
 ལུས་སྒྲོབས་གྱི་ཤེད་ཤུགས་མ་རྒྱས་པའི་ལང་ཆོའི་མེ་ཏོག་སྒྲི་མོ།
 དྲངས་གཙང་གི་བྱངས་ཁྲག་དང་རྩལ་ཆུ་རྒྱོན་མོ།
 ཕངས་སེམས་གྱི་ཡིད་དང་སྤྱོད་ལུས་མེད་པར།
 གངས་མེད་ཅིག་བཞུར་སྒྲོང་།
 སྒྲུ་ནག་དང་སྒྲུ་འདམ་ལ་ལྷིང་བའི་རྣམ་ཤེས་འབྲུམས་པོ།
 གཡང་ལུག་དང་འཛོར་ཁེམ་ལ་བདག་པའི་ཆོ་སྒྲིག་མོད་པོར།
 ཁྱེད་གྱི་སྒྲིག་བསམ་དང་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་མོས།
 དྲངས་གཙང་གི་མཁའ་དབུགས་དང་།
 དབྱངས་གསལ་གྱི་རྒྱ་ཞོ་སྒྲུད་པས།

བེས་ཡོན་གྱི་ཡུས་སྒོ་བས་རྒྱས།
 བག་འཁུམས་དང་ལེ་ལོ།
 མྱོངས་དད་དང་ལས་དབང་གིས།
 དམ་པོར་བཅིངས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བུར་ཞིག་ན།
 རྒྱུད་གྱིས་དྲོ་སྦྱིད་ཀྱི་འོད་སྒྲོང་བསྐྱུལ།
 རྒྱུ་རྒྱུ། རྒྱལ་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་ལགས།
 རྒྱུད་མེད་ན། རྒྱལ་རུམ་གྱི་རུམ་པ་སུ་ཡིས་སེལ།
 རྒྱུད་མེད་ན། ཚན་མིག་གྱི་སྒྲོ་སྒྲིགས་སུ་ཡིས་རྒྱུད་།
 རྒྱུད་མེད་ན། མྱོང་བཅོན་གྱི་བུ་ཆ་སུ་ཡིས་སྦྱོང་།
 རྒྱུད་མེད་ན། བེས་མིག་གི་བང་ཁ་སུ་ཡིས་སྦྱོང་།
 རྒྱུད་ནི་དུས་རབས་ཀྱི་ཕོ་ཉ་ཡིན་པས། རྒྱལ་རྟོག་གིས་མཛུགས་མེད།
 རྒྱུད་ནི་བེས་འཇོན་གྱི་རྩོམ་བྱ་ཡིན་པས། མྱོངས་གཉིད་ཀྱི་གོ་ས་སྤ།
 རྒྱུད་ནི་གཞུང་དྲང་གི་ཆོངས་སྒྲིག་ཡིན་ཏེ། གྲག་གྲིག་གི་ལམ་དུ་གང་ན་ཡོད།
 རྒྱུད་ཆོས་དུས་རབས་ཐིག་གི་རྒྱ་ཁ་དང་། མི་མིགས་ཐིག་གི་ཕམ་ཉེས།
 ད་དྲུང་རྒྱར་རྒྱུ་པའི་བྱུག་གཟེར་རྒྱུར་མོ།
 མོ་སྒྲུ་མག་པོའི་སྒྲེང་ཁྲུགས་ནས།
 ཆེས་རྒྱུད་མིང་ཅས་རྒྱུད་མིང་གི་ཕ་མཐུར་བསྐྱུད་སྤྱིར།
 ཡོད་ཆོང་ཅས་ཡོད་ཆོང་གཤམ་བར་བརྒྱུས་མིང་།
 རང་ལུས་འདོན་པར་ཆོའོ་བར་གྱི་སྒྲོན་མེར་སྤར།
 རྒྱུ་རྒྱུ། བེས་མིག་གི་ཡུལ་ཆེན་ལགས།
 རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་སྐྱེས་ཀྱི་ལས་འཁུམས་པ་ནི།
 མིག་གཞུང་གི་ཉིང་རྒྱ།
 རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོ་བར་རྒྱུམ་པ་ནི།
 མི་མིགས་ཀྱི་ཆེ་སྒོ་ག་རྒྱུད་པའི་སྒྲིང་སྒྲོ་བས།
 རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུན་རྒྱུད་ལས་འཆེར་པ་ནི།
 ལུས་སྐྱེའི་འོད་རྒྱལ་སྐྱེའི་ཐེགས་མ་ཉག་ཅིག།
 དེ་ནི། ལུགས་པ་སྒྲུམ་པོར་འཁྱེད་མེས་པོར་བའི་རྒྱལ་སྐྱེས་ཆེན་གྱི་སྒྲོན་མེ་ཡིན་པས།
 རྒྱལ་ཡང་རྒྱུ་རྒྱུད་དུས་སུ་འབྲེས་ནས་ཡོད།

ཁོ་པོའི་སེམས་ཀྱི་རང་སྣང་།

བསྒྲིག་འཛིན་འབྲུག་ཀྱི་ལ། (རིག་གནས་ཀྱི་ལ།)

ཆུ་གཏེར་རྒྱལ་སྤངས་ལས་འབྲུངས་སྒྲིག་དག་གི་སྒྲུ་མོ།
 ཁོ་པོའི་བཅོས་མིན་སེམས་སུ་འདི་འདྲ་ཞིག་འཆར་བ།
 གསལ་ཆོག་སྒྲིག་པའི་ལམ་ནས་འབྲེལ་འདོད་ཅིག་མཆིས་ན།
 ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་ལ་ཡངས་མེད་རྒྱུད་མངས་ཤིག་སྟོན་ཀྱང་།

རབ་མཛེས་གངས་དཀར་སྒྲུ་མོའི་པང་ཁོ་པོས་སུ་ཉལ་བའི།
 གཅེས་སྤྱད་གངས་མེད་ཁྱེད་ཀྱི་ཆོག་པའི་སྒྲིག་ཀྱི་གཟེ་འོད།
 ཁྱོད་མེད་གོས་སུ་གྱུར་པའི་གར་སྒྲིག་ཀྱི་དོན་པས།
 ཁྱོད་ཀྱིས་མདའི་དུ་འབྲིགས་ནག་པོས་གཡོགས་བདུམ་དེ་སྟོན་པ།

སྤྱད་ཅན་འབྲུལ་སྣང་འཁོར་ལོ་འདྲེ་ལོང་གིས་བསྐྱོར་ཅིང་།
 འཛད་མེད་བྱ་གཞག་རྒྱུ་འབྲས་གཉེན་བ་རུ་གྲངས་དེ།
 སྤྱད་ནས་སྤྱད་དུ་འཛོལ་བ་འཛིག་དེན་གྱི་ཆོས་ཉིད།
 དུ་འདི་ཐོག་དུ་གནས་པས་རང་སེམས་དེ་སྟོན་པ།

སྤྱད་ཀྱིས་དེའི་གཟེར་མས་མཉམ་པའི་རྒྱལ་གཅེས་ཀྱི་དཔལ་པོས།
 ཁྱོད་མཐར་དོན་མེད་འབྲུམས་པའི་གཉེ་ལི་ཆེད་དུ།
 ཆོ་སྤྱོད་མདུང་ཁྱེད་ཁ་རུ་ཡང་ཡང་དུ་བདར་ཡང་།
 ཁྱེས་ཁྱོལ་སྤྱད་སྤྱོད་སེམས་སུ་དེ་མེད་དེ་སྟོན་པ།

འཁོར་བར་དེས་འབྲུང་མ་སྤྱོད་རལ་མེད་ཀྱི་བྱང་།
 དུག་གསུམ་ནང་རྒྱུ་འཛིབ་པའི་བཟོད་མེད་ཀྱི་ནམ་འགྱུར།
 འདྲུལ་འཛིན་ཆས་ཀྱིས་གཡོགས་ཀྱང་བཅོས་མིན་གྱི་གཤིས་ཀ།
 རང་སྤྱོད་དངོས་སུ་ཉོགས་པས་ཞོངས་འགྱོད་དེ་སྟོན་པ།

མིས་པོའི་སྤྱོད་ཁྱེད་འཕྲོས་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡས་།
 ཁྱོད་བདག་པའི་ཆོས་འགྲོལ་ལམ་ནས་དག་ལག་དུ་གོར་བར།
 གནད་འཁེལ་ལན་འདེབས་བྱེད་པའི་སྟོབས་པ་ལས་བྲལ་དེ།
 དཔོན་གཡོག་གནས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་བཀའ་བྱོན་དེ་སྟོན་པ།

མ་དག་སྤྱོད་གོས་ལས་ཀྱིས་འཁོར་གཡོག་དུ་བསྐྱོས་ནས།
 བདེན་མེད་ནམ་ཉིག་སྤྱོད་གར་ཞིང་ཁམས་སུ་བསྐྱོད་ཆོ།
 སྤྱོད་མེད་གཟུགས་སུ་འབྲུལ་བའི་བྱང་ཆོད་ཀྱིས་བསྐྱོས་པ།
 དམ་ཤེས་སྤྱོད་ཀྱིས་འཛིན་མེད་རང་སྣང་དེ་སྟོན་པ།

སྤྱོད་དོན་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཅེ་རལ་གྱི་ལས་ནི་ཞིང་།
 རང་དོན་སྤྱོད་དུ་སྤྱོད་པའི་ཐབས་བརྒྱལ་ལམ་དུ།
 ཉིན་མཆོན་སྤྱོད་མེད་རྒྱུ་པའི་སྤྱོད་གཞུང་གི་ལས་བྱེད།
 མི་དམངས་གཡོ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་སྣང་ཆུལ་དེ་སྟོན་པ།

དལ་འབྱོར་རིན་ཆེན་ཆུ་ལི་ན་པོ་རུ་བཞུགས་དེ།
 ཟང་ཟིང་མ་རྒྱལ་ཅེན་པའི་དལ་སྤྱད་གི་མཆོ་ལས།
 ཅ་རེ་བཀལ་བསམ་འདུན་པ་སྤྱོད་ཞིང་ཞིག་སྤྱོད་ཀྱང་།
 མི་བདེན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཆུལ་དེ་སྟོན་པ།

སྤྱོད་ཉེས་འོས་འདེམས་ལས་ཐོབ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱིས།
 སྤྱོད་གསུམ་འདོད་ཡོན་སྤྱོད་ལ་རིན་ཆེན་དུ་འདོད་ནས།
 དམངས་ཀྱི་རེ་འདོད་སྤྱོད་མི་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི།
 དོམས་མེད་སྤྱོད་བདུན་ཅན་སྤྱོད་མཐུས་དག་སྟོན་པ།

བདེ་མོ་ཐང་སྤང་སྤྲོས་དུས་སྤྲང་གི་ཐོལ་གྱིས།
 དག་པོ་རྩར་མའི་ལག་ནས་མཆོན་མདེལ་ཡང་ཟག་པར།
 འགག་ཅ་དོག་མོར་འཕྲད་དུས་རང་ཉིད་ཀྱི་མགོ་པོ།
 གར་ཡོད་ཆ་མེད་ལྟར་པའི་སྤྱུ་སྤྲང་དེ་སྟོབ།

རང་ཉིད་བདེ་དག་གསལ་བའི་མེ་ཡོང་དང་བུལ་ཡང་།
 གང་ཐང་མོངས་འཆར་བཞེད་པའི་མཐུ་སྤྲོས་དེ་ཆེ་བས།
 རྩོགས་ལ་མིག་རྩན་མིག་མེད་རང་བཞིན་དུ་བརྒྱར་བར།
 དཔལ་དབང་ཕྱན་ཆོགས་རྩན་པའི་སྤྱོད་པོན་དེ་སྟོབ།

འདྲ་འཛིན་ཁ་ལོ་བརྒྱར་བའི་ཨ་རི་ཡི་རྒྱལ་ས།
 རྩམ་དག་བདེ་ཆེན་ཁིང་གི་སྤང་བཞིག་ཤར་ནས།
 བརྒྱ་མེད་བུལ་པའི་ན་བཟའ་འབག་ཆས་སུ་བྱོན་པའི།
 རྩ་དུས་མཐའ་མའི་བསྐྱན་དག་གངས་སུ་གྱུག་དེ་སྟོབ།

ཆབ་ཁྱིད་འཕྲལ་མདས་བསྐྱན་པའི་གྲོང་ཉལ་གྱི་རྩས་མ།
 འཇད་མེད་ཟུག་དུ་འབྲིན་པའི་མ་ཁ་དེ་ཆེ་ཡང་།
 ལྷུ་བས་མགོན་འཆོའི་ཆེན་མོའི་བཀའ་དགོངས་ལས་འདས་ཏེ།
 རང་སྤང་གང་འཆར་བེད་པའི་སྤྱེན་རྒྱལ་དེ་སྟོབ།

རང་གི་རྩད་བྱང་ནོར་མཛོད་པར་སྟོགས་སུ་བརྒྱར་ནས།
 རྩང་མདོག་ཏེ་མོར་ཉིན་མཆོན་མིག་ལམ་དུ་འཆར་ཁིང་།
 ཨ་རི་པ་ཡུལ་རྩར་འཛིན་ཅན་གཞོན་གྱི་འབྲལ་གྲོས།
 འཛིན་སྤངས་དངོས་འགལ་ལྟར་པའི་མྱོང་ཆོར་དེ་སྟོབ།

རང་ས་གཞན་དབང་ལྟར་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཀྱི་འབྲམ་པོས།
 ཆོགས་དབུས་གཞན་རོ་སྤྲང་སྤྲེར་ཆོག་སྤྲེལ་གྱི་སྤྲུང་བས།
 རྩར་གདངས་རྩན་འཕྲར་བཅོས་མས་གར་འབྲུབ་ཅིག་བེད་ལྟང་།
 རང་གི་སྤྲང་ཉེར་འཕྲང་ཆེ་སྤྲང་འཛིན་དེ་སྟོབ།

ལེགས་ཉེས་རང་བཞིན་རོ་བོར་གདོད་མེད་ཀྱི་གཞི་ལ།
 མ་དག་སེམས་ཀྱིས་ཐ་སྤྲང་སྤྲེད་ཅེ་ནས་བདགས་ཏེ།
 རྩང་དྲང་བཅན་པོ་བྱང་གིས་སེམས་ཁམས་དེ་དགྲག་ཆོ།
 ཆགས་ཞེན་ས་བོན་མ་སྤངས་ཡིད་དབང་དེ་སྟོབ།

སྤྱོམ་བསམ་སེམས་ཀྱི་འདོ་བར་བཅོན་འགྲུས་ཀྱི་སྤྱུ་རྩྭ།
 རྩུབ་སྤེ་བདེ་ཆེན་ཁིང་ཁམས་ཆོས་དབྱིངས་ཀྱི་གནས་སུ།
 འཕྲར་བས་སྤྱབ་གཉིས་རྩལ་སྤྱོ་རྩམ་དཔྱོད་ཀྱིས་སྤྲོས་ན།
 བདུད་རན་དབྱང་གི་མཆོན་མདས་ཟུག་མེད་དུ་གྱུར་ཅིག།

གྲང་རིང་གི་བཤེས་གཉེན་ལ་ཕུལ་བ།

བདེ་སྤྱིད་ཆོས་འཛོམས། (ཟུར་སྤྱོད།)

དཀར་ནག་ལས་ཀྱི་ལེགས་ཉེས་སྤང་དོར་དང་།
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་དུ་བཞོན་རྒྱལ་སོགས།
 ཅི་འདོད་བུམ་པ་གང་འཛོར་སྤྱོལ་མཇེད་པའི།
 དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྤྱི་པོའི་གཞུག་གིས་བསྐྱེན།

གཏི་མུག་དྲག་གསུམ་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི།
 རྩོད་མན་བདག་ལ་ཡང་དག་ལམ་རྩོན་པ།
 བརྒྱ་མེད་བཤེས་གཉེན་ཁྱིད་ལས་རྩྭག་པའི་མགོན།
 རྩོང་གསུམ་རྒྱལ་ཡང་རྩོད་བུལ་ཁྱིད་ལ་འདུད།

འཛིག་ཉེན་སྤྱོ་གོས་གཏམ་གསུམ་དབུལ་གྱུར་ལྟང་།
 བརྒྱབ་གསུམ་འཕགས་པའི་ནོར་གྱིས་ཁྱིད་ཉིད་སྤྲུག།
 འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་མ་རྩར་བཅོལ་བཞེད།
 བརྒྱལ་བརྒྱའི་བར་དུ་སྤྱུ་ཆེ་བརྒྱན་གྱུར་ཅིག།

རྟོགས་བརྗོད་གྲུར་ཀྲུམ་ཆུན་པོ།

ངག་དབང་རྟོ་རྟེ། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

སྒྲོ་བཟང་ཆུལ་བའི་བསྐྱན་པའི་གཞི་མ་ཆུལ་བྲིམས་གཤོག་བྱང་རབ་བསྐྱར་ཅིང་།
ཆོས་སྲིད་ལུགས་བྱང་མཁའ་ལ་བཞོད་པར་ཆགས་ཐོགས་མེད་པའི་བྱང་ཆེན་ཏེ།
འདབ་ཆགས་ཀྱི་མཆོག་ལ་བསམ་གྱིས་སྒྲོང་བྱམས་བཅུས་སྒྲིང་མུན་སེལ་བའི་མགོན།
ཡིད་ཀྱི་ངང་མོའི་ཡིད་རབ་གདུང་བས་དག་པའི་ཞིང་ནས་ལན་གཅིག་གཟིགས།

ཤེས་བྱའི་བཅུད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་དབེན་ཅིང་ཆོངས་པས་རིད་པའི་གྱི་ན་བས།
བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་རྒྱབས་ཆེན་མང་ད་བཟང་རྒྱ་བའི་མ་མའི་རྩེ་བ་ལས།
བདག་སྒྲོ་ཀྱི་ཤེས་རྩེ་མོས་བྱངས་ཏེ་རྟོ་ཆག་བཙན་སྒྲིག་ཆོག་ཤིང་ཐིགས།
སོར་རྩེ་འདབ་མའི་སྐབས་ལས་བྱངས་ཏེ་ཤོག་དཀར་གཞོན་ནུའི་ཞལ་དུ་སྒྲོབ།

བདེ་སྦྱིད་རྟོགས་ཆུན་དཔལ་ལ་རོལ་བའི་མཐོ་སྒྲུང་མི་ཡི་སྦྱེ་བ་རུ།
རྣམ་སྒྲིན་ལས་དང་བསོད་ནམས་གྱིས་བསྐྱེད་དཔལ་འབྱོར་ལུས་རྟེན་དཔག་བསམ་སྒྲོན།
རྟེན་འབྲེལ་གཤིས་བྱུང་ལེགས་པར་འབྱུངས་པས་བྱ་ཤིས་དགེ་མཚན་ཆུན་ཅིག་ཀྱུ།
གང་སྐྱེ་མཚན་དཔེའི་ཡལ་འདབ་བྱིབ་བསིལ་གཞན་དོན་ཆ་གདུང་སེལ་ཕྱིར་རྒྱས།

སྲིད་པ་འཁོར་བའི་ཆུ་གཏེར་དབུས་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་ན་གྲ་འབྱུངས།
འདི་སྒྲུང་དུག་གི་མཆེ་སྒྲེར་ཚོན་པོས་དཔེ་རྒྱ་ཆེན་བཙུག་པོས་དོགས་ནས།
རྣམ་དག་ངེས་འབྱུང་སྐྱེ་བ་འབྱུང་གྱིས་ཉིན་མཚན་དབྱེར་མེད་རབ་བསྐྱེད་ཏེ།
སྒྲུང་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་དོན་གཉིས་འབྱུང་ཕྱིར་ཞི་བའི་གྲོང་གི་མཆོ་ནང་བཞུད།

བཀའ་བྲིན་གསུམ་ཆུན་དགེ་བའི་བཤེས་གྱི་ཐུགས་གྱི་བུམ་བཟང་ཡངས་པོ་ལས།
མདོ་སྤྱགས་བསྐྱན་པའི་བདུད་རྩིའི་ཉིང་བཅུད་བུམ་པ་གང་ཤོའི་ཆུལ་གྱིས་མཛོས།
སྒྲོན་གསུམ་བྲལ་ཞིང་རྣམ་དབྱེད་རྩལ་གྱིས་ཡིད་རབ་དད་པའི་སྤྱག་དང་བཙས།
གྲུས་རྟག་བཙོན་པའི་ལས་ལ་བྲེལ་བཞིན་བསྐྱན་འགྲོའི་བྱང་ཆེན་འདེགས་ལ་དམིགས།

ལོ་རབས་ལྷ་བཅུད་སྐད་ཅིག་ཐ་མར་བདུད་ཀྱི་དབྱང་ཚོགས་རབ་རམ་ཞིང་།
 མཐོ་སྐང་སྡོད་ཀྱི་ཐོག་ནོར་དང་བཅས་བཅུད་ཀྱི་ཁྱག་དོན་ལ་ཆགས་པས།
 དུག་གསུམ་གྱིས་བརྒྱམས་པུག་དོག་མི་སྡེས་ཆ་དཔུལ་མཆེད་ཟུར་བསྐྱར་པ་ཡིས།
 བཟོད་དཀའི་སྡུག་དགུས་ཀྱན་ནས་མནར་བཞིན་འཕགས་པའི་ཡུལ་འདིར་ཞབས་སོར་བཞོད།

རང་ཡུལ་ཤོར་བའི་སྡུག་གི་ཁྱར་ཕྱི་ཟས་གོས་ངན་དོན་ཙམ་བཞེན་དྲུང་།
 བསྐྱབ་གསུམ་སྡོམ་པའི་ནོར་གྱིས་ཕུག་ཅིང་ཐུགས་རྒྱད་སྤང་སྡོམ་གོ་ཆ་བཅན།
 ཟབ་རྒྱས་ཆོས་རྒྱལ་རྟོགས་དཀའི་གནད་ཀྱི་ཆང་ཆིང་ནགས་ཆལ་སྡུག་པོ་དག།
 སྤྱིས་སྤྱངས་ཐབས་ཤེས་རལ་གྱི་རྟོན་པོས་མུར་བཞིད་དུ་གཙོད་ལ་བྲེལ།

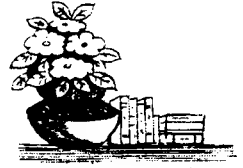
བགང་བྱ་བཅུ་ཕྲག་ལྷག་གི་ཡུན་དུ་ཤེས་བྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་མ་སུ་རིར།
 དམ་བཅའ་གསུམ་གྱི་སྡུག་བསམ་རི་ཅེར་སྤྱིང་སྡོམ་ཉི་གཞོན་མངོན་འཕགས་ཏེ།
 གངས་རིའི་བདག་པོ་རྒྱང་ཐུག་ཤེ་བའི་ཤེས་རིག་ལུས་ཀྱི་ཙ་བ་རུ།
 དམ་ཆོས་གཤའ་མའི་འོད་རླངས་བཀྱིས་གིང་ཡ་རབས་ལུགས་བཟང་དོད་ཀྱིས་གསོས།

བརྟེ་ཆེན་ཐུགས་བརྟེད་སྡུག་བསམ་ཞོ་གསར་དཀའ་སྡུག་སྤྱབ་ཤིང་གིས་བསྐྱབས་པས།
 འཛོན་མའི་ཁྱོན་འདིར་རིགས་སྡོབ་སྤང་ཤོད་སྤྱིང་གི་ཐིག་ལའི་མར་གསར་སྤྱུམ།
 རིན་ཆེན་དང་པོའི་རིག་གཞུང་སྡོད་ཡངས་ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་མར་ཁྲས་བཀྱང་།
 ལུགས་རྒྱང་སྡོན་མའི་འོད་རླང་འབུམ་ཕྲག་ལོང་བར་མིག་གསར་སྡོལ་བ་བཞིན།

སྤྱི་མཆོག་དཔག་བསམ་སྡོན་པའི་སྡོང་པོར་མཆན་དཔེའི་ཡལ་འདབ་མཆོག་དུ་རྒྱས།
 གསུང་དབྱངས་གྲིབ་བསེལ་སྡོགས་མཐར་ཁྲབ་པས་ཉམ་ང་འགྲོ་བའི་ནད་ཀྱན་སེལ།
 ཐུགས་རྒྱད་བྱང་མེམས་ཙ་བ་རབ་བརྟན་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་ཆེད་དུ་རྒྱགས།
 རྫོ་གསུམ་དེ་ཀྱན་ལུས་ཅན་ལ་དམིགས་འཁོར་གསུམ་བྱ་བའི་གཞི་ཙ་བརྟན།

གང་གི་མངོད་འཕྲིན་སྤང་བ་དཀར་པོའི་རྩ་སྤྱིས་གཞོན་ནུའི་མཆར་སྡུག་གིས།
 བོད་མའི་ལུགས་རྒྱང་དབྱིད་དཔལ་བསུ་བའི་དོན་གྱི་པོ་ཉ་ཁྱེད་ཉིད་ཀྱང་།
 མི་ཡི་ལུས་ལ་སྤྱན་པོའི་སྤྱིག་ཞུགས་སྡོན་ལམ་ལོག་པའི་དམ་སྤྱི་ཅན།
 དུག་གསུམ་གྱིས་བརྒྱམས་སྤྱིང་ག་གས་པའི་སྤྱི་མཆོངས་གིག་གིས་ཁྱེད་སྤྱར་བཞོས།





ལྟ་མོ་ལྟོད། (རིག་གནས་ཁ་པ།)

སྒྲོལ་པལ་ཚུལ་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་ཁིང་བཟང་འདིར།།

ཡུལ་རང་གཞིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལྟར་བ་བཞགས།

ཉིན་མཚན་དགུར་མེད་གཞན་དོན་ཁོ་ན་མཛད།།

འཁོ་བའི་མགོན་པོར་གྱུར་ལ་བདག་ཕྱག་འཆེད།།

གངས་ལྗོངས་བཞག་ཅས་གཞན་ཡུལ་འགྲིམས་དགོས་པ།

ཆེ་སྒྲོན་ལས་བསྟནས་འདུས་དྲུ་ཡིན་པར་མཛོན།

འོན་དང་མགོན་པོ་དེ་ཡི་དཀར་རྩེ་གྱིས།

གདོང་དམར་སྤྲུལ་སྒྲིལ་ལྗོངས་དཀར་དཀར་དམ་དཔེན།

འི་སྒྲིབ་དང་དཀར་ཁ་བས་བརྒྱུན་པ་མཛེས་།

འི་ཆེད་ཉག་ས་ཆོལ་སྤྱད་པོས་པདུམ་པ་སྤྱད།

འི་འདབས་སྒོར་ཁྲུ་ལྷག་སྒྲིག་བརྒྱུན་པས་བཟང་།།

མི་རྒྱལ་ས་ནི་བདེའི་འཆོ་བར་སྤྱོད་པ་ལེགས།།

མགོ་ཤུལ་དང་ལྷན་སྟེ་མེད་ཆམ་ཆོམ་ཆོས་༥༥

ལ་ག་བྱང་བྱལ་མོ་སྒྲོར་བཞིན་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་༥༥

མེས་པོས་བཞག་པའི་རིག་གཞུང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་༥

ཡིན་པ་ཤིས་ཤིག་ལ་ཤིས་ལྷན་པའི་མཆོས་༥༥

རྒྱ་སའི་རི་འདབས་གྲོང་ཁྱེར་མདུན་སྒྲོང་ས་ཡ།

ཕྱོད་ཀྱི་རིགས་ལམ་སྟོན་གཉིས་སྟེང་ཆལ་བཞེངས།

སྒྲོ་ཁིང་བག་ཡངས་གཞུང་ཆེན་གཅེས་འཛིན་པའི།

མེས་ཡོན་མངོན་གྱུར་དགེ་བའི་བམེས་གཙེན་བཞུགས་༥༥

བྱམས་ལྔ་པ་པེས་གཉེན་དམ་པའི་སྒྲུབ་བཟང་གིས།

མལ་ལྷན་ཅན་གཞི་དྲག་པོ་གསོས་པར་མཛད།།

ཤེས་བྱའི་རིམ་དབྱངས་དྲེལ་བའི་དབྱངས་ཅན་ལ།

མེས་རྒྱལ་དགའ་བའི་ཆ་གཞིན་པོ་མོ་འཛོམས།

ལེགས་ཀྱིས་སྒྲུབ་མེས་ཆལ་གྱི་དོ་རྒྱུ།

རོལ་དགའི་བྱང་པ་ཀམ་གྱིས་འདྲག་པར་བྱེད།

འཕགས་ཡུལ་ས་རུ་སློབ་གྲི་ཕྱིད་ཚལ་ན།

རྒྱལ་དབྱེད་ལྔ་མ་པའི་པོ་མོ་སྒྲོབ་ལ་བརྩོན།།

སྤུལ་ཅིན་ཏུ་སྤྲུལ་འབྱུངས་པར་མེ་དྲིལ་གཏོར།

མེས་ཚེ་དངུ་བརྟེས་དས་བཟང་དགའ་སྟོན་མཛད།།

ཕུ་མ་ཆུང་དུ་མོས་གཞས་དང་ཞབས་བྱོལ་བྱས།

འཕེས་གཞིར་སྒྲུབ་འཛོམས་དགའ་བའི་འཇུག་མདངས་རྒྱས།།

བར་སྒྲུབ་དཀྱིལ་ལ་ལྷ་ཡིས་དབྱངས་སྒྲུབ་རྒྱུ་རྟོག་རྟོག་པོ།

འཛིག་རྟེན་པམ་ས་འདིར་ཕོ་མོའི་སྐུ་དབྱངས་ལེན།།

ས་འོག་ལྷ་རྩེ་ལ་སྤྲུལ་མོས་ཁབས་ཐོ་འཁུལ།

དགའ་ལྷོ་དཀོན་ལྷའི་དབྱངས་སྟོན་པར་སྟངས་བྱུང།།

མེས་ཆེན་ཡུ་མ་རིང་གཞན་པའི་བཀྲ་མིས་མོག་།

འཕེས་ཀའི་རིང་ད་བཞགས་པའི་དུ་མིས་མིག་

ཕོ་མོས་གེས་ལ་འབྲངས་པའི་བླ་གིས་གྲག་

ཡུང་པོར་གཞི་དེ་ཆོ་དངོས་པའི་བཀྲ་ཤིས་མོག།

གཤམ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ཆུ།

ཐུར་བུ་སྒྲོལ་མ། (རིག་གནས་ཀྱི་ལ།)



འཇིག་རྟེན་སྒྲིབ་མཉམ་པའི་སྒྲོལ་མ་ཉིད།
 རོ་མཆར་ཤེས་རིག་ཡོན་ཏན་ཞོར་བུའི་མཛོད།
 འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་གསུང་དབྱངས་ནམ་པར་སྒྲིབ།
 ངོན་ལྡན་བཤེས་གཉེན་ནམས་ལ་གུས་པས་འདུད།

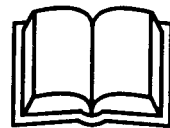
མང་ཐོས་རིག་པའི་གྲུ་གཟིངས་ལ་བརྟེན་ནས།
 རྒྱུད་བྱུགས་ཤེས་བྱ་བྱ་མཆོའི་པ་རོལ་སོན།
 སྒྲིབ་ཐོབ་རིག་པའི་ནམ་དཔྱད་ཅུལ་ཆེ་བས།
 འཆད་ཚུད་ཚུམ་ལ་ཐོགས་མེད་བདག་གི་བཤེས།

ཉིན་མཆན་དུས་དུག་གཞན་དོན་ལ་རོལ་ནས།
 རང་དོན་མེ་ལྷེ་ལྷག་བསམ་ཆབ་ཀྱིས་སེལ།
 རིས་མེད་སྒྲོབ་བུའི་ཚོགས་ནམས་སྒྲོང་མཁས་པའི།
 བུམས་བརྩེ་དྲིན་གྱིས་ལྷག་པ་བདག་གི་བཤེས།

འགྱུར་མེད་མཛོལ་བ་བརྟན་པའི་འདྲེན་པ་བས།
 མེ་ལོའི་ནམ་པ་ཀུན་ནས་དོར་བྱུར་ཅིང་།
 ལྷག་བསམ་རབ་ཏུ་དཀར་པའི་མཛོད་འཕྲིན་གྱིས།
 འཇིག་རྟེན་ཀུན་ཡིད་འཕྲོག་འདི་བདག་གི་བཤེས།

རྒྱལ་པ་དབྱེས་པའི་བྱུགས་བརྩེའི་འོད་ཟེར་གྱིས།
 ཤེས་མཉམ་སྒྲོལ་བརྩེགས་པའི་སྒྲོབ་བུའི།
 རྒྱུང་སྒྲིབ་ཅུ་བ་དབྱང་ནས་འཛོམས་ཤེད་ཅིང་།
 འདུག་སྒྲོག་མ་ཞོར་སྒྲོན་པ་བདག་གི་བཤེས།

གཡོ་སྒྱུའི་ཆོག་གིས་འཁོར་ཚོགས་མ་བཟུས་ལ།
 འབྲུབ་སྒྲོན་མཁན་པོའི་རྩུ་བག་མི་ལྡན་ཡང་།
 རིངས་ནས་སྒྲིབ་གྲགས་བ་དན་དཀར་པོ་འདིས།
 རྒྱ་ཚོགས་སྒྲོབ་བུས་བསྐྱོར་འདི་བདག་གི་བཤེས།
 སྒྲིབ་འགྱུར་དྲི་ཟེའི་བུ་མོའི་དབྱངས་མིན་ཡང་།
 དགའ་དད་སྒྲོ་བས་ཡིད་སེམས་ཆེས་བསྐྱལ་ཏེ།
 མཉེན་ལྷག་མོར་མོ་བཟུར་བའི་བསྐྱོད་ཆོག་འདིས།
 མཚུངས་མེད་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་མཉེས་གྱུར་ཅིག།



ཆུས་མེད་གྲུ་ཁར་འབྲེག་ཐིགས་ཤིག་གི་མཐོང་སྒྲིང་ལ་བས་སྤྲོད་པའི་དུས།
 ཆ་མེད་འཛོལ་མའི་གསུང་དབྱངས་ཆོག་གསུམ་ན་བར་ཡང་ཡང་བོས་པ་ཡིས།
 ཡིད་ཀྱི་བྱ་ཆུང་དབང་མེད་བྲུག་པས་སེམས་ཀྱི་ཆོར་བ་ཕྱི་མེའི་གཞི།
 ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན་དུ་འབྲེགས་པས་དམིགས་པའི་གོམ་བཞོད་གཞན་དུ་ཤོར།

སྒྲིམ་འཁྲུལ་གྱི་འཛིག་རྟེན་འདི་རུ་ཁ་ཆོན་གཅོད་པའི་གནས་མེད་ཀྱང་།
 ཁྱོད་ནི་གཤིས་བཟང་བལ་དཀར་ལས་བསྐྱུན་ར་རི་མེད་པའི་དར་སྐྱད་དང་།
 ཆོས་མཐུན་ལང་ཆོར་བ་དུ་སྒྲུག་ཅིང་བཅོས་མིན་འདྲུམ་བུ་ཉག་དུ་གྲོལ།
 དེ་ཕྱིར་བདག་གིས་གཡུང་དམ་གང་ལ་དྲོའི་ཕྱག་བུ་མངོན་པར་བཞོད།

དཀར་འཇམ་པད་མའི་ལག་ཟུང་བསྐྱངས་ཏེ་ཉིད་ཀྱི་འབྲི་ཤིང་དམ་འབྲུད་ནས།
 སྒྲིབ་བྲལ་ཅིང་འདྲན་བྱེད་ཟུང་ནས་མཆི་མའི་ཆར་རྒྱན་འབབ་པ་ཡིས།
 རྒྱུག་གྲུར་ཆོས་དེ་མངོན་འབྱུར་ཞིག་གིས་གྲུས་ཀྱི་མིག་སྤར་བཤམས་གྲུར་པས།
 ཁྱོད་ཀྱི་དྲུང་སེམས་ར་རི་བྲལ་བ་བདག་ཡིད་མེ་ལོང་ངོས་སུ་གསལ།

ན་ཆུང་འབྲུམ་ལྡན་དོ་རུའི་དབྱུས་ནས་གཅིག་མིན་ཟུར་མདའ་ཕྱན་ཕྱོགས་སུ།
 ཡང་ཡང་འཕེན་ཞིང་ཆོག་འཇམ་དབྱངས་ཀྱིས་ཐུན་མིན་རོལ་གར་མང་བསྐྱུན་སྒྲུབས།
 བདག་གི་དབང་ལྡར་ཁྱོད་ལས་བཞུལ་བའི་བཅུད་ལྡན་འཆོ་བས་གཉིས་པ་ཞིག།
 དན་ཡུལ་དབེན་པས་བདག་གི་ཕུགས་འདུན་ཁྱོད་ལ་གཏད་དོ་ཡིད་འཛིན་མ།

ང་ནི་ངེས་མེད་འཛིག་རྟེན་གྲོང་དུ་འཆོ་ལམ་སྟེག་པའི་འགྲུལ་པ་ཞིག།
 ཁྱོད་ནི་ང་ལ་རྒྱགས་ཕྱི་བྲལ་པའི་གཏོང་ལོད་ཆེ་བའི་ཕྱིན་བདག་སྟེ།
 སྐྱིད་སྒྲུག་འཆོ་ལམ་མཉམ་བཞོད་བྱེད་པའི་འཛིག་རྟེན་འདི་ཡི་འགྲུལ་ཕྱོགས་ཤིག།
 ལྡན་མེད་གདུང་བས་ལག་ཟུང་མེལ་ལ་རིངས་པོར་ཕེབས་ཤིག་བཅེ་ལྡན་ཀྱུ།



གནའ་དེང་གི་གངས་ཅན།

ཐུབ་བརྟན་དཔལ་སྒྲོན། (དེ་མ་ལ་ཡའི་དགེ་འོས།)

འཇམ་གླིང་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་པའི་སྤིང་།
སྤྲོན་མེད་ས་ཡུལ་གྱི་གྲོང་གསེབ་སྒྲག་འཆར་འཁྱུངས།
གངས་ཅན་ཡུལ་ལ་དམ་ཆོས་ཉི་མ་ཤར།
འདི་ཕྱི་ལམ་སྤོན་འཕགས་མཆོག་སྤྲོན་རས་གཟིགས།

དགའ་གངས་བཞི་ལོན་ཀྱལ་སྤུལ་ངོས་འཛིན་ཐོག།
སྤྱ་སེར་པོ་མོ་ཡོངས་ཀྱི་དད་གུས་ལྷན།
སྤྱིད་པའི་ལྷ་སར་ཆེབས་བསྐྱར་གདན་འདྲེན་ཞུས།
བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི་ཅི་བསམ་དོན་ལ་གྱུབ།

ཕུན་ཆོགས་བདེ་ལུ་པོ་བྱང་པོ་དྲུ་ལར།
རིན་ཆེན་གསེར་དངུལ་གྱིས་བྱས་གདོང་ལཱའི་བྲིས།
མ་དག་སྤངས་པའི་འོད་དཀར་ནོར་བུ་བཞུགས།
ང་ཆོ་བོད་མིའི་བསོད་ནམས་ཞིང་ས་ལགས།

ཁྱོ་སེམས་འཐབ་ཅོད་བྲལ་བའི་བོད་མི་རྣམས།
ཞི་འཇམ་ལ་རབས་ཐོག་ནས་འཆོ་བར་རོལ།
སྤང་དོར་མ་འཛོལ་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་ལེན་ཀྱང།
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱི་དྲིན་ཡིན།

ཞིང་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཞིང་ལ་བསོད་ནམས་འབར།
འབྲུ་རིགས་གྲོ་དང་སྤན་མས་བང་མཛོད་གདམས།
འབྲོག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ན་ནོར་ལུག་གསུམ་འཆོས།
མར་དང་ཕུར་བ་ཐུང་གི་བང་མཛོད་ཡོད།

རི་ལ་གནས་པའི་རི་དྲགས་མ་བྱ་དང་།
མཁའ་ལ་འཕུར་བའི་འདབ་ཆགས་ཆེ་ཆུང་ཀྱང།
ཕན་ཚུན་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་སྤྱ་ལེན་པ།
འཇམ་གླིང་གཞན་ན་འདི་འདྲ་ཡོད་སྟེ།

འདི་འདྲའི་དམ་ཆོས་ཉི་མ་འཆར་བའི་སྐབས།
ཕྱག་དོག་ཀྱང་དམར་སྤྲོན་ནག་སྤྱག་པོས་དཀྱིགས།
བོད་མི་ཡོངས་ལ་སྤྱག་བསུལ་ཆར་པ་བབས།
གནའ་དུས་མ་བྱང་བཟོད་དཀའི་དུས་ངན་ཤར།

པོ་བྱང་པོ་དྲུ་ལ་ཡི་མཐའ་འཁོར་དུ།
རྒྱ་ཡི་དམག་མིའི་མེ་མདའ་འབྲུག་སྤྱ་བཞིན།
རིན་ཆེན་དུ་མས་བཞེངས་པའི་ནང་དེན་རྣམས།
འགའ་ཞིག་གདོར་བཞིགས་འགའ་ཞིག་འཕྲོག་བཅོམ་བྱས།

ང་ཆོ་བོད་མི་རྣམས་ཀྱི་མགོན་པོ་ནི།
འབྲུང་འབྲུར་སྤོན་གཟིགས་འཕགས་པའི་ཡུལ་འདིར་བྱོན།
དགེ་འདུན་བཅུན་མ་སྤྱ་སེར་པོ་མོ་རྣམས།
དམར་དམག་མདའ་ཡི་ཚེ་རྣོན་ལུས་ལ་བཅུགས།

ང་ཆོ་དགའ་སྤྱིད་འཆོ་བའི་ཡོངས་སྤྱོད་ལ།
ཅེ་སྤྱང་དམར་པོས་ཆགས་སྤང་མཆོག་སྤེར་གཅིགས།
སེམས་མེད་ཅི་ཤིང་ནགས་ཆོལ་ཡིན་ན་ཡང་།
ཁྱ་ངན་མགོ་སྤྱར་ལོ་མ་བྱར་དུ་དུང།

བསྟོད་ཆེག་འབྲུག་ལྷ།

བསྟོན་པ་ལྷ་ཆོག་ས། (དེ་མ་ལ་ཡའི་དགེ་འོས།)

ང་ཆོའི་བཤེས་གཉེན་དྲུང་ཟུང་པ་ཡིན།།

རིག་གཞུང་བདུད་ཅིའི་ག་ཡུར་ཕྱོགས་བཅུར་འཇག།

མ་རིག་ཆ་བའི་སྒྲག་ཆེན་མཐར་སྟོད་བཏང་།།

སྟོབ་མ་གྲལ་མཐའ་འཛིན་པས་བསྟོད་ཆེག་འབྲུག།

ང་ཆོའི་བཤེས་གཉེན་པདྨ་དཀར་པོ་ཡིན།།

ཆགས་སྤང་མྱེད་སྤང་གསུམ་འདམ་གྱིས་གོས་པ་མེད།།

གཞན་པན་ལྷག་བསམ་འདབ་མ་ཕྱོགས་ཀྱན་བྱབ།།

སྟོབ་མ་གྲལ་མཐའ་འཛིན་པས་བསྟོད་ཆེག་འབྲུག།

ང་ཆོའི་བཤེས་གཉེན་ནམ་མཁའི་ནོར་བུ་ཡིན།།

པདྨ་གཞོན་ཅུ་སྟོང་བའི་མ་མ་དང་།།

ཡང་དག་ལམ་སྒྲ་སྟོན་པའི་དེད་དཔོན་ཡིན།།

སྟོབ་མ་གྲལ་མཐའ་འཛིན་པས་བསྟོད་ཆེག་འབྲུག།

ང་ཆོའི་བཤེས་གཉེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན།།

མཆོག་དམན་ཀྱན་ལ་བྱང་འཁྱོག་ཉེ་རིང་མེད།།

གསར་བཏོད་རིག་པའི་འཕྲུལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཕུག།

སྟོབ་མ་གྲལ་མཐའ་འཛིན་པས་བསྟོད་ཆེག་འབྲུག།

ང་ཆོའི་བཤེས་གཉེན་འཇམ་དབྱངས་དམར་སེར་ཡིན།།

འབྲུང་འཇུག་གྲུ་དར་རྒྱུད་གིས་རབ་བསྟོད་ནས།།

བདེན་བཞིའི་ཤེས་བྱ་ཅུ་མཚོར་མངའ་དབང་བསྟར།།

སྟོབ་མ་གྲལ་མཐའ་འཛིན་པས་བསྟོད་ཆེག་འབྲུག།

ང་ཆོའི་བཤེས་གཉེན་ནོར་བུ་ཆུ་ཤེལ་ཡིན།།

མ་རིག་སྟོག་མ་བགྱང་བའི་ཀེ་ཏ་ཀ།།

མྱེད་སྤང་པའི་ནད་བརྒྱ་སེལ་བའི་སྒྲན་མཆོག་ཡིན།།

སྟོབ་མ་གྲལ་མཐའ་འཛིན་པས་བསྟོད་ཆེག་འབྲུག།



བྱམས་པ་ཆོས་སྟོན། (མཆོམས་སྟོར།)

རིགས་བཟང་བོད་ཀྱི་བྱ་ཕུག།

གཤིས་བཟང་ཡ་རབས་ལྷན་པ།།

སེམས་བཟང་གཞན་ལ་ཕན་པའི།།

ལས་བཟང་བྱ་བར་བརྟེན་དུ་ཅིག།

རང་རེའི་བོད་ཀྱི་མགོན་ཆུབས།།

མགོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་དྲིན།།

བྱན་ནས་ཁོང་གིས་གསུངས་པའི།།

བཀའ་བཞིན་ཀྱན་གྱིས་འབད་གོག།

བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་བཤེས་གཉེན།།

ནམས་དང་དྲིན་ཅན་པ་མ།།

དག་ལ་ཉག་ཏུ་ཀྱན་གྱིས།།

བརྟེན་བཀའ་གནང་དགོས་གལ་ཆེ།།

རང་ལ་དགོས་པའི་ཡོན་ཏན།།

རྒྱན་དུ་སྦྱང་བརྟེན་བཞུགས་ནས།།

རང་རེའི་རིག་གཞུང་བཟང་པོ།།

སྟོག་བཞིན་གཅེས་འཛིན་གནང་དགོས།།

སྒྲིག་ཐུ།

ཆེ་མིང་ཟླ་བ། (རིག་གནས་ཁ་པ།)

ནམ་སྒྲིག་ཞགས་པས་འཁོར་བའི་གྲུ་བྱར་འདྲིར་འཕེན་སྐབས།
 ཉེས་པ་མེད་བཞིན་གཞན་དབང་བཅོན་ལུག་ཅིག་ཆགས་འདུག།
 རིགས་འདྲིར་སྒྲིས་པས་གདུང་བའི་མཆི་མ་ཞིག་བྱུང་ཡང་།
 ཡུལ་བའི་བྱགས་བཅུ་ཡོད་པས་སེམས་གསོ་ཞིག་བྱུང་ལགས།
 བགྲང་བྱ་མང་ཞིག་དག་པོའི་མཁར་ཆོང་ན་འཛོད་དུས།
 བ་མ་བྱུང་དང་མི་ལུས་ཁྱི་ཆོ་ཡིས་བསྐྱལ་ཡོད།
 སྒྲིག་ཟུང་མང་པོའི་གདུང་ཡུས་སྒྲིང་ཁོང་ན་བསགས་ཏེ།
 རྟོག་བདགས་དཔུལ་བའི་གོ་སྐབས་མངོན་སུམ་དུ་བྱུངས་ཡོད།
 གོ་ཤེས་རིག་པའི་ཁྱེད་སྒྲིང་ཁོང་ན་འཆར་དུས།
 རྒྱལ་ཞེན་ལ་བྱས་མ་བཞག་སྒྱི་དོན་ལ་རེམས་ཡོད།
 ཉམ་ཆུང་ཁ་པོར་སྒྲིག་ཆུབ་དོན་གོ་ཤིས་བཅག་པས།
 བདག་མེད་གསང་ཁྱིའི་ཁྱིམ་ལ་བཅོན་འཇུག་གིས་བཞགས་ཡོད།
 དེ་ནས་རེ་ལྷག་རྒྱུ་བྱ་བྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་བཅོལ་ཏེ།
 འབྲུག་རྟོགས་འཛིགས་པས་གཡང་གཟར་བྲག་རི་དག་བཞུ་རྒྱུས།
 འདི་ཕྱིའི་མགོན་གྱི་མཛེས་བཞིན་ཆེ་ཟེར་དེ་མཛེས་བས།
 རེ་ཞིག་སྒྲིག་གི་སྒྲིག་པ་ལྷག་མེད་དུ་བཅོམ་སོང་།
 འདི་ན་གོག་པའི་ལུས་ལ་སེམས་གསར་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ།
 རིགས་འདྲིའི་ཆབ་སྲིད་མེ་རོ་བསྐྱང་སེམས་དེ་འབར་ཡང་།
 མཐོང་ཆུང་མཆི་ལ་ཞགས་འཕེན་པའི་སྒྲིག་ཟུང་ཡི་སྒྲིང་པས།
 གསར་སྐྱབས་གཞོན་ནུའི་ཡིད་སེམས་ཆུ་འབྲུག་དུ་བདང་སོང་།
 རང་གི་རིག་གཞུང་མ་མ་ཐབ་བྱར་དུ་བཞག་ཅིང་།
 གཞན་རིག་མནོའི་མའི་བཞུགས་གཤམ་མཐོན་པོ་རུ་བཅུགས་ཏེ།

ང་རྒྱལ་ཁ་པོ་མཐོ་ཞིང་རྟོགས་ཉམས་གྱིས་འཆོ་བའི།
 རྟོག་སྒྲིང་སྒྲིག་ཟུང་སྒྲིང་རྒྱུ་མཆི་མ་ཞིག་བྱུང་བྱུང་།
 རྒྱལ་སྒྲིང་འབྲོ་སྐྱངས་མ་ཤེས་འཕེང་བཟོད་དུ་ཤོར་ཅིང་།
 རང་གི་འབྲོ་ལུགས་བཟོད་པའི་སྒྱི་ཆོགས་འདི་མཐོང་དུས།
 གསར་བྱའི་སྐྱང་བ་སྐྱར་ཡང་སྒྲིག་སྒྲིག་གིས་བསྐྱབས་པས།
 འཛིག་རྟོན་འདི་ལ་ངས་འབྱུང་རྣལ་མ་ཞིག་བྱངས་བྱང་།
 རང་ལ་ས་ཆ་སྐྱར་མོའི་མཐུལ་ཅམ་ཡང་མེད་པར།
 མི་ཡི་ཡུལ་ལ་རང་སེམས་སྐྱང་བ་རང་དག་སྒྲེ།
 ཁྱོད་གིང་གསོན་བྱེད་ཅིང་རང་དོན་ལ་འབད་པའི།
 སྒྲིག་ཆོངས་སྒྲིག་ཟུང་འདུ་བྱེད་དྲི་ངན་འདྲིར་སྒྲིག་བྱོ།
 གསར་བྱ་གསར་མོ་བག་མེད་ལེ་ལོ་དང་འགྲོགས་ཏེ།
 རིན་བྲལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡངས་མེད་དུ་དོར་བཞིན།
 རང་གི་སྐད་དང་རྒྱལ་རབས་རྟོག་འོག་དུ་བཞིས་ནས།
 འབྲུལ་ཆོག་བརྒྱང་པོར་སྒྲིང་པའི་སྐྱང་ཆུལ་འདི་སྒྱི་ཡང་།
 རྒྱལ་ཞེན་རྩན་པའི་རྩན་རབས་ཉིན་རེ་བཞིན་འཛིང་ཅིང་།
 འཛོན་ཐང་ཡོད་སྒྲིང་ཆོགས་ནམས་སྒྱི་རྒྱལ་དུ་འཕྱན་ཏེ།
 གསར་སྐྱབས་ཆོགས་ནམས་འབྲེན་བྱེད་ལོང་བ་རུ་འཆར་ན།
 ང་ཡི་རིགས་འདི་ལོ་རབས་དུ་ཅམ་ཞིག་འཆོ་འམ།
 ཡུལ་བ་དོན་གྱི་བདག་པོའི་རྒྱ་གཞོན་འདི་ཡོད་བཞིན།
 ང་ཡི་སྒྲིག་ཟུང་གདོང་རིས་འདི་ཅམ་ལས་མེད་དུས།
 ཉམ་ཞིག་རྒྱལ་བའི་ཆུ་རྒྱུ་བ་སྒྲིགས་སུ་བཞུད་ཆོ།
 ང་ཡི་རིགས་འདིའི་སྒྲིག་སེལ་སུ་ཞིག་གིས་རྒྱས་སམ།
 གྱེ་མ་མ་བསམ་སྐྱམ་ཡང་རྒྱལ་ཞེན་གྱིས་མ་བཞག།
 བསམ་པའི་ཆོ་ན་སྒྲིག་གི་ཆོར་མ་ལས་མི་འདུག།
 ཀྱལ་མ་ཉོལ་གངས་ཅན་གསར་བུ་ཡི་ཆོགས་ནམས།
 རང་གི་རིགས་འདྲིར་སེམས་ལ་བརྒྱན་པ་ཞིག་གིས་དང་།

སྒྲིམ་ཆོག་ཁག་གསུམ།

བསོད་ནམས་དཔལ་སྒྲོན། (མཚམས་སྒྲོན།)

དཀོན་མཆོག་

དགེ་ཤིན།

བྱིད་ཉིད་མེད་ན་མུན་པའི་འཇིག་རྟེན་འདི།།

བྱིད་ཉིད་མེད་ན་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་འདི།།

ཉིན་མོར་ཉིན་བྱེད་འོད་སྒྲུང་མེད་པ་དང་།།

སྒྱེ་པོ་མཐའ་དག་ཤེས་མེད་བྱུན་སྒྲུགས་དང་།།

མཚན་མོར་སྐྱབས་བསམ་ལ་ཟེར་མེད་པ་བཞིན།།

ནང་ལ་ཡི་གེ་མེད་པའི་དཔེ་ཆ་བཞིན།།

མ་རིག་མུན་གནས་འགྲོ་ནམས་ཇི་ལྟར་འཛོ།།

འགྲུང་དུད་ཅམ་གྱི་བྱིད་ལས་སྒྲུགས་དང་མཚུངས།།

པ་མ།

བྱིད་བྱུང་མེད་ན་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་འདིར།།

ཉམ་ཆུང་བུ་མོ་བདག་ནི་ཇི་ལྟར་ཐོན།།

བཅུད་ལྡན་ཤེས་བྱའི་རོ་མངར་ཇི་ལྟར་སྐྱོང་།།

རྒྱལ་དག་དགེ་བའི་བཤེས་དང་ཇི་ལྟར་མཇུག།།

བཅོས་མིན་གྱི་སྒྲིང་གཏམ།

ངག་བརྒྱན། (རིག་གནས་ཁ་པ།)

ཀ་ནས་ཕྱིར་ལྟར་སྒྲིག་པའི་སྐུམ་ཅུ་པོ།།

དྲ་ལེར་ཡིད་ངེས་ཡོང་བྱིར་བཅོན་འགྲུས་གྱིས།།

ཁ་ནས་བརྗོད་པ་ཤིན་དུ་བདེ་ན་ཡང་།།

ཐ་སྐད་མ་ལུས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་གྱིས།།

ག་པར་འགྲོ་ལྷགས་འགྲོ་སྒྲུངས་བརྗོད་པའི་སྐབས།།

ད་ལྟ་རིག་པ་སྒྲིམ་པའི་དུས་བཟང་ཡིན།།

ང་ཡང་ཡིད་ལྷག་ཤེས་མེད་མགོ་རེ་འཐོམས།།

ན་སོ་གཞིན་དུས་གང་ཡང་ཤེས་པ་སྤྲ།།

ཅ་ཅོད་ཤོད་སྤྲ་བ་མ་ཡིན་པར།།

པ་ཏའི་རི་མོའི་མཛེས་སྒྲུག་ཇི་བཞིན་དུ།།

ཆ་འཇོག་ཤེས་རིག་སྒྲོ་མོ་ཡི་གེ་དེ།།

པ་ཡུལ་བཟང་པོ་འཇོན་པར་བྱ་བསམ་ན།།

ང་ཆང་ཁོ་ནར་རྒྱལ་གཡེང་མི་སྒྲོད་པར།།

བ་སྒྲུང་བོང་བྱའི་ངང་ཆུལ་མི་འཇོན་པར།།

ཉ་མོ་ཆུ་ནང་འབྲུག་ལྟར་སྒྲོང་བར་བཅོན།།

མ་ཙོར་ལམ་བཟང་ཤེས་ན་མཁས་པ་ཡིན།།

ཅ་གེ་ཅིག་གེས་ཉི་མ་མི་སྒྲིལ་བར།
 ཆ་གྲང་དཀར་ནག་མངར་སྒྲུར་ཤེས་པ་དགོས།
 ཇ་ཇོར་གདམ་ལ་མ་ཆགས་དྲང་གདམ་ཉོན།
 མ་མོའི་དོ་རྒྱར་མ་གཞིལ་རང་ཚུགས་སྒྲུངས།
 ཉ་གོས་སྒྲིལ་མཛེས་བསྐྱབས་མི་ཆོགས་དབུས།
 ཟ་འབྲུང་འཛད་མེད་ལོངས་སྒྲོད་ངོམས་པ་ནི།
 འ་ཅག་ཤེས་ལྷན་གཞིན་ཚུའི་མཛེས་ཀྱན་མིན།

ཡ་རབས་སྒྲོད་པར་ཀྱན་གྱིས་བསྐྱོད་བྱེད་པས།
 ར་ཟིས་མ་གོས་རིག་པའི་གནས་ལ་འབྱུངས།
 ལ་ཅེར་སྒྲིགས་པའི་སྒྲིང་སྒྲོབས་ཆེར་སྒྲེལ་ཅེས།
 ཤ་ཆ་སྒྲིང་ནས་བཞོད་པའི་ཀ་ཤྱེང་འདི།
 ས་རྒྱའི་གོགས་ལ་ཤུན་ཅམ་ཕན་ན་བསམས།
 ཏ་ཅང་བཟང་བའི་གདམ་ངག་མ་ཡིན་ཡང་།
 ཨ་ནོ་ཤ་ཆའི་སྒྲིང་གདམ་ཐལ་ལགས་སོ།

རེ་སྒྲུག

པོད་ཁྱིམ་དགེ་འོས་འཛིན་གྱི་སྒྲིན་པ་ཙོར་བུ།

ཁོ་པོའི་མིག་ལམ་དུ་སྒྲུང་བ་ནི།
 སྒྲིང་སྒྲུག་གི་ན་རྒྱུང་ཁྱེད།
 དའི་ཕ་རྒྱུང་གིས་མ་ཐོང་ཐེངས་མེ་མེར།
 ཁྱེད་ལ་མཛེའ་མཐུན་གྱི་འདུན་པ་
 བྱུགས་དྲག་དུ་སྒྲིལ་སྒྲོང་ནའང་།
 ཆོག་གསུམ་ཞུ་རྒྱུའི་སྒྲིང་སྒྲོབས་དང་།
 མཛེའ་ཆོགས་སྒྲིག་པའི་སྒྲོབས་པ་ང་ལ་མེད།
 དེ་པས།
 ཁྱེད་ཀྱི་ཡ་རྒྱུང་གི་སྒྲིང་ཁྱུང་ན།
 མཛེའ་མེམས་ཀྱི་དྲུང་པ་མེ་ཡོད་ན།

ཁོ་པོའི་ཆེ་སྒྲིག་དུ་འབྱུར་ངེས་ལ།
 དུ་གཉིས་ཀྱི་བརྩེ་འདང་ཡང་སྒྲུང་ལ་འབྱུད་ངེས།
 དེ་དུས་ལྟོད་ཅི་བདག་སྒྲིང་གི་ཕྱེད་ཀ་དང་།
 འཛོ་བའི་ཉིང་བཅུད་དུ་འབྱུར་བར་སྒྲོན།
 སྒྲིང་སྒྲུག་མ།
 ཏ་ཅང་ཐག་རིང་གི་གནས་དེ་ནས།
 ཁྱེད་ཀྱི་གསུང་ཆོག་མེ་མེ།
 དའི་སྒྲ་ལམ་དུ་ངེ་ཉེ་ནས་ངེ་ཉེར།

བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱུ་རྩལ་རྩོམ་རིག་གི་མ་ལག་སྟན་ངག་ འཕེལ་འབྱུང་གི་བརྒྱུད་རིམ་ཙམ་སྒྲུང་བ།

སྒྲོ་བཟང་རབ་རྒྱས་(རིག་གནས་ཀ་པ།)

༡༥ རིག་གཞུང་གི་འབྱུང་ཙ།

ཕྱི་སྟོན་གྱི་འཛིག་རྟེན་ཆགས་ཏེ་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྲུབ་པ་ནས་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རིམ་ཁྱོད་ཐོན་སྐྱེད་ངལ་
རྩལ་དང་། ཕྱིའི་དངོས་པོའི་འབྱུང་འབྱུར་མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་འཕྲོ་འབྱུར་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་དངོས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་རང་བྱུང་
ཁམས་ཆེན་པོ་འདིར་བསམ་སྒྲུབ་འཕེལ་བྱགས་ངེས་ཅན་དུ་སྒྲིབས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་སོ་སོའི་ཆོན་རིག་དང་རིག་གཞུང་ཁྲུང་དུ་བཟུང་
བའི་འཛིན་ཐང་ཅན་གྱི་མིའི་དབྱུད་གསུམ་གྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པས་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་དགོས་ཚུངས་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།
དེས་ན་ང་ཚོའི་གདོད་མའི་སྤྱི་ཚོགས་འགོ་ཚུགས་པ་ནས་ཐོན་སྐྱེད་ངལ་རྩལ་དང་བསམ་པའི་འཕེལ་བྱགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་ནང་
གི་འཛིག་རྟེན་འདིར་ཁྱད་མཆར་གྱི་ཤེས་བྱའི་གྲངས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པ་ནི་བདེན་སྣང་མངོན་གྱུར་ཡིན་པ་སྒྲོས་མེད་ཐོག་ང་
ཚོའི་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་རིག་གཞུང་འདི་ཡང་བོད་ཅེས་པའི་མི་རིགས་འདི་གྲུབ་ཙམ་ནས་སྟན་སྐྱེས་སུ་མེད་པར་གདོད་མའི་མེས་
རབས་ནམས་ཀྱི་བཀའ་བྲིན་དང་རྩལ་ཁྱེད་རིན་ཐང་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱུང་ནས་ཆེ་རུ་དང་འོག་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་
ཡང་དུས་ཚོགས་ཀྱི་དར་རྒྱུད་དང་མིའི་རིགས་ཀྱི་བཙན་གཏོམ་གྱིས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དར་སྐྱེལ་བྱུང་བ་ནས་ད་བར་ལོ་
ངོ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་འགོར་བེན་པའི་རིང་ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་ལ་ཉམས་རྒྱུད་དང་བཙོས་བསྐྱར་མང་པོ་བྱུང་། དེའི་ཕྱིར་སྟོན་བྱོན་
མཁས་གྲུབ་ལོ་པའི་ནམས་ལའང་ནང་ཁྲུལ་དགོངས་ཚུལ་དང་འཛིན་སྣང་སྤྱི་རྒྱུག་འཛིང་ཡང་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱངས་འདུག ཡིན་
ནའང་གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་གི་གསོན་བྱགས་ལ་རྟེན་དང་འབྲེལ་འབྱུང་གིས་དེང་གི་ཆར་དགེ་མཆོན་ལྡན་པའི་རིག་གཞུང་གི་ཁྱུ་
ཆད་ངེས་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྒྲིབས་ཏེ། ཆབ་སྲིད་དང་དཔལ་འབྱོར་བཙས་སྤྱོད་གས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་འཕྲོ་འབྱུར་གསར་བའི་གནས་རིམ་
ལ་སྒྲིབས་ནས་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་འདིར་གཟེངས་སུ་མཐོ་བའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོ་གཞིན་རབས་ནམས་
ཀྱིས་རྩལ་བྱགས་ཡོད་ཀྱི་བཏོན་ཏེ་བོད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཉམས་པ་སྒྲུར་གསོ་དང་མི་ཉམས་གོང་དུ་སྐྱེལ་བའི་འོས་
འགན་གཞི་རྩར་བཟུང་ཏེ་བོད་མི་རིགས་སྤྱི་ཁྲབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་འཛོ་བ། སྒྲོ་བས་བྱགས་དང་འཕེལ་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་
སྒྲིབས་ཆེའི་ལག་རྒྱུས་གང་ཐོན་བྱ་རྒྱ་ང་ཚོའི་འོས་འགན་ཆགས་ཡོད།

༡༦ རིག་གཞུང་གི་དགེ་མཆོན།

རང་རེའི་མེས་པོ་ནམས་ཀྱིས་གདོད་མ་ནས་བཟུང་སྐྱུ་རྩལ་དང་བསམ་སྒྲུབ་རྒྱས་བྱགས་ཀྱིས་རྩལ་དུ་བཏོན་པའི་བོད་རང་གི་
སྤྱི་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་རིག་གཞུང་ནི་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་གི་རིག་པའི་སྐྱུ་རྩལ་གྱི་སྐྱེད་ཆལ་དུ་སྟན་པའི་གྲགས་པ་མཁའ་རུ་མཆེད་

པའི་ཁོང་ནས་སྤྱོད་ཆེས་སུ་ཡི་རང་གི་གནས་དང་། དེ་ལྟར་ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཡོངས་ཁྲབ་ལ་མེད་
དུ་མི་རུང་པའི་དགོས་ཚུངས་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་ཏེ་མི་རིགས་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱིས་ཆེ་མཐོང་དང་གདོང་འཛིག་ཆད་
མེད་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་རྒྱས་དག་གི་སྒྲིམ་འཛིན་གཉེར་དང་ཐུངས་བྱེད་པ་འདིས་ཀྱང་པོད་རང་ཉིད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་དགེ་མཚན་མཚོན་
ཐུག།

༡༥ སྤྱི་ཚུལ་ཚུམ་རིག་གི་ཐོག་མའི་འབྲུང་ཅ།

“སྤྱི་ཚུལ་ཚུམ་རིག་ནི་མིའི་བསམ་པའི་དགའ་སྤྱོད་ཚོར་འདུ་དང་སྤྱི་ཚོགས་འཛོལ་བའི་འཕྲོ་འགྲུར་སྤྱི་ཚོགས་སྐད་ཆའི་སྤྱི་ཚུལ་
ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་བ་སྒྲུབ་དང་དག་ཐོག་ཏུ་བསྒྲུབ་པའི་ཡིད་ཀྱི་འགྲུར་བ་བརྗོད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར།” དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཐོན་སྤྱད་དལ་
ཚུལ་གྱི་ནུས་གྲུགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་དང་ནང་དག་གི་སྐད་བད་གཉིས་བྱུང་སྟེ་རིམ་པས་སྐད་བད་དེ་ཡང་འཛོ་
བའི་མཐུན་ཤིང་དང་བྱ་དངོས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ལས་སྤྱི་ཚུལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡར་ལུན་དུ་མངོན་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་འཛོལ་དངོས་སྤྱི་ཚོགས་
ལ་ཁྲབ་ཐུབ་པའི་སྐད་ཆའི་རང་བཞིན་ཞིག་ཏུ་གྲུག། དེ་ལྟར་གདོད་མའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ངལ་ཚུལ་གྱི་འཛོལ་བའི་དགའ་སྤྱོད་ཚོར་
འདུ་དག་ཏུ་བརྗོད་དེ་མཁུར་དང་གཞས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གནས་བབས་དང་མི་དང་མིའི་དབར་གྱི་འཐབ་རྩེད་དང་འབྲེལ་འདྲིས་སོགས་
དག་ཐོག་ནས་དག་ཐོག་བརྒྱད་དམངས་ཁྲོད་གཏམ་རྒྱུད་དང་། དེ་མིན་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་མཚོན་པའི་སྒྲིམ་གར་སོགས་སྤྱི་ཚུལ་
ཚུམ་རིག་གི་རྣམ་པ་མང་དག་ཅིག་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་དར་ཁྲབ་དུ་གྱུར། དེ་ལྟར་གདོད་མའི་མི་རིགས་ཀྱི་འཛོལ་བའི་འགྲུར་རྒྱ་གདངས་
བསམ་པའི་འཕྲོ་འགྲུར་གྱི་ཚོར་འདུ་དག་ཏུ་བརྗོད་པའི་དམངས་སྤྱོད་དང་མཁུར་སྤྱི་སོགས་ནི་སྤྱི་ཚུལ་ཚུམ་རིག་གི་ཐོག་མའི་འབྲུང་
ཚུལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

༡༦ སྤྱི་ཚུལ་ཚུམ་རིག་གི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པའི་དག་བརྗོད་སྒྲུབ་དག

དེ་ལྟར་གནའ་བོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཁྲོད་དག་ཏུ་གྱུར་པའི་མཁུར་དང་གཞས་སོགས་ནི་སྐབས་དེའི་སྒྲུབ་དག་ལ་ཆད་
འཛིན་བྱེད་དགོས་པས། བོད་དུ་སྒྲུབ་དག་གི་གཞུང་ལུགས་མ་དར་གོང་བོད་གདོད་མའི་སྐབས་ནས་སྒྲུབ་དག་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་
དགོས། དེ་ཡང་དེང་རབས་ཀྱི་སྒྲུབ་དག་མཁུར་གྲགས་ཅན་དུང་དཀར་སློབ་པ་འབྲེན་ལས་མཚོག་ནས། “སྒྲུབ་དག་ཇི་སྟེ་
ཚུམ་རིག་གི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་བོད་དུ་མ་དར་གོང་དུ་བོད་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་མཚོན་པའི་སྒྲུབ་དག་ཡོད་”ཅིས་གསུངས་
པའི་དོན་དུ་གནས། དཔེར་ན། བོད་རྒྱལ་སྐབས་རིག་ཉན་གཟུགས་ཀྱི་སྐབས་སྒྲིན་པོ་སྤང་ཅོང་སྤྱིས་ཐུངས་པའི་མཁུར།

ཆབ་ཆབ་ནི་པ་རོལ་ན། །ཡར་ཆབ་ནི་པ་རོལ་ན། །མྱིའི་བུ་ནི་མྱིའི་བུ་སྟེ།

སྤྱི་ཡོན་སྤྱིས་པོ་བཞུགས། །རྩེ་བདེན་གྱིས་ནི་བཀོལ་དུ་དགའ། །སྤྱི་བདེན་གྱིས་ནི་བསྐྱེད་དུ་དགའ།

ཞེས་སོགས་མཁུར་སྤྱོད་རྣམ་པའི་དག་རྒྱུན་འདི་དག་སྐབས་དེའི་འཛོལ་བའི་འཕྲོ་འགྲུར་ལ་བརྟེན་ནས་དགའ་སྤྱོད་ཚོར་
འདུ་དག་ཏུ་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གང་གི་ཆ་ནས་སྤྱི་ཚུལ་ཚུམ་རིག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྒྲུབ་དག་མ་ཡིན་པའི་ངེས་པ་
གཏན་ནས་མེད།

༥༥ ཡིག་ཐོག་སྟེན་ངག་

དེ་ཡང་རབ་བྱུང་བདུན་པའི་སྔོན་གྱི་ཆར་བོད་རྒྱལ་སོ་གསུམ་པ་འཕགས་པ་སྟེན་རས་གཟིགས་མི་ཡི་གར་དུ་རོལ་བའོས་ཀྱལ་
སྔོང་བཅན་སྒྲུལ་པོའི་སྐབས་ཁོང་གི་འབྲུལ་མེད་དགོངས་བཞེས་ཀྱིས་སྔོན་དཔོན་ཐོན་མི་སོགས་ཀྱི་གར་ལ་ཡི་གེ་སྔོན་དུ་མངགས་
ནས་བོད་ལ་ཡི་གེ་གསར་གཏོད་བྱས་པ་ནས་བཟུང་བོད་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་ལོ་ཙཱ་བ་སོགས་མཁས་གྲུབ་མང་པོ་བྱུང་ཞིང་མི་རིགས་གཞན་
ཀྱི་རིག་གཞུང་བསྟུ་ལེན་དང་དེར་བསྟུན་གསར་སྟེན་སོགས་བྱས་ཏེ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་འཕེལ་རྒྱས་མི་དམན་པ་ཞིག་དང་། མས་
པོའི་ངག་བརྗོད་སྟེན་ངག་ལས་ཀྱང་འཕེལ་ཉམས་ཁྱུང་འཕགས་བྱུང་སྟེ་བོད་ཁམས་མཁས་གྲུབ་མང་དག་ཅིག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་འཚོ་
བའི་སྔོང་སྔོན་བས་དང་བསམ་སྒྲུབ་འགྲུལ་བསྐྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོའི་ཡིད་འགྱུར་གྱི་ཚོར་འདུ་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་ནས་མགྱར་དང་
ལེགས་བཤད་བརྗོད་པ་སོགས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་བྱུང་བར་ལྟ་བུར་ཏེ་གཏོད་མའི་ངག་བརྗོད་སྟེན་ངག་ལས
ཐུབ་འགྱུར་གྱིས་འཕེལ་རྒྱས་དང་བྱུང་ཚུས་འབྱར་དུ་ཐོན། དཔེར་ན། རྗེ་བཙུན་མི་ལ་རས་པའི་མགྱར་ལས།

བྱང་ཁའི་རྒྱང་ཆུང་ཁ་དཀར་ཏེ། ཤི་ཡང་མགོ་འཕངས་མི་དམན་པ། རམ་བ་རེ་བམི་ཡིན་ཏེ།
རི་དགས་རྒྱམས་ཀྱི་དཔལ་ཚུལ་ཡིན། རྩོ་ཡི་སྒྲག་མོ་ག་ཟན་དེ། རྩོགས་ཀྱང་རང་ག་མི་ཟ།
དགོས་ཤེད་ཡོད་པ་མ་ལགས་ཏེ། གཅན་གཟན་ཆེན་པོའི་དཔལ་ཚུལ་ཡིན། རྩ་བུ་དང་།
ས་སྒྲུ་ལེགས་བཤད་ལས། གཉན་བཤེས་ཀྱན་གྱིས་མཐའ་བསྐྱར་ཏེ། གཙོ་མ་སྒྱུང་མིག་ཅ་ཤིན་དུ་ཞན།
གང་ཕྱོགས་འགྲོ་བའི་གཏོལ་མེད་པ། དེ་ཆོད་གེ་ལས་གཞན་རྒྱམས་ཕྱང་། ཞེས་དང་།
ཡང་ན། རྟག་དུ་བྱམས་པས་སྔོང་བཡི། རྗེ་བོས་བཟན་གཡོག་སྟེད་པར་སྒྲ། པདྨའི་མཆོ་ལ་ངང་པ་དག།

མ་བསྟུས་པར་ཡང་ངང་གི་འདུ། ཞེས་པ་ཐུ་བའི་མགྱར་དང་ལེགས་བཤད་རྒྱམས་ཆོག་རྒྱན་དང་སྟོལ་ཉམས་ཀྱི་ཐད་ནས་
མས་པོ་སྒྲུ་མའི་ངག་བརྗོད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་མཆུངས་པའི་སྒྲུ་རྩལ་རྩོམ་རིག་གི་རྒྱལ་པ་མང་དག་ཅིག་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་བྱུང་སྟེ་
དུ་གྱུར་ཡོད།

༥༦ སྟེན་ངག་མེ་ལོང་ལུགས་ཀྱི་སྟེན་ངག་

ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རྩ་བའི་གོགས་རྒྱུན་གྱིས་རྒྱལ་སྟོན་དབར་འགལ་སྒྲུབ་དང་བཅན་པོས་དབང་བསྟར་མིན་རིམ་ཅོད་ལེན་གྱི་སྟེན་གཞི་
བསྐྱངས་ཏེ་གྲུང་དར་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་དབང་བསྟར་གྱིས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉག་ཕྱར་གྱིས། དེ་སྐབས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་
ཞེན་གྱིས་རྩ་བུང་དཔལ་རྟོག་གིས་བཅན་པོ་གྲུང་དར་བཀོངས་ནས་བོད་རྒྱལ་པོའི་དབང་བསྟར་ལས་ལུགས་མཐུག་རྒྱུགས་ནས་བོད་
ཁམས་སེལ་བྱར་བྱོར་ཏེ་རབ་བྱུང་བཞི་པའི་སྐབས་ས་སྒྲུ་འགྲོ་མགོན་འཕགས་པའི་རིང་ལོ་ཙཱ་བ་བོད་སྟོན་རྗེ་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་
སྟེན་ངག་མེ་ལོང་མ་ཐོག་མར་བསྟར་བ་ནས་བཟུང་བོད་དུ་སྟེན་ངག་གི་རྩོམ་ཉམས་སྒྲུ་རྩལ་གྱི་སྟེན་ཆའི་རང་བཞིན་མངོན་གསལ་
བྱུང་སྟེ་མགྱར་སྒྲུ་སོགས་ཀྱི་སྒྲུ་རྩལ་གྱི་རང་ཉམས་ཀྱང་གསར་དུ་མངོན་ཏེ་བོད་གཏོད་མའི་སྟེན་ངག་ལས་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་ཆ་ནས་
བྱུང་པར་མེད་ཀྱང་རྗོད་ཤེད་ཆོག་གི་ཉམས་དང་སྟེན་སྟོར་ཆོག་རྒྱན་གྱི་ཆ་ནས་གསར་གཏོད་ཀྱི་ཆོག་ཉམས་ཕུན་སུམ་རྗེ་ཆོགས་

༥༥ རང་མོས་སྒྲན་དག་གི་འཕེལ་ཅུ།

དེང་གི་ཆར་དུས་རབས་དང་ལྷ་བ་གསར་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྲུལ་སྐྱོད་ཁྲི་སྒྲུབ་སོ་སོའི་རྣམ་དཔྱད་དང་རིག་པའི་རྩལ་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་རྩལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་མངོན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་དངོས་གང་འདྲ་ཞིག་གསར་གཏོད་བྱུང་ན་དེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་མེས་པོའི་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་རིག་པའི་ལག་རྩེས་ཤིག་ཡིན་པ། དཔེར་ན། དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་མཆོག་ནས་བསམ་སྒྲུབ་ཆོར་ཤུགས་ཀྱིས་གསར་བསྐྱུན་དང་དར་སྤེལ་གནང་བའི་དེང་རབས་སྒྲན་དག་(རང་མོས་སྒྲན་དག་) ལྷ་བ་བྱ་དང་། དེ་ཡང་མེས་པོའི་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་གྱི་མང་གཞིའི་ལག་རྩེས་དང་རྩོམ་པ་པོའི་རྣམ་པ་ལྟར་གྱི་རིག་པའི་རྩལ་ལས་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་གསར་གཏོད་ཀྱི་སྤྱི་རྩལ་ལྷན་པའི་རྩོམ་རིག་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་དེས་པ་གཏན་ནས་མེད། ཁོང་གིས་ཀྱང་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་གྱི་མང་གཞི་གཙོ་བོར་བཟུང་ཐོག་རིག་པའི་རྩལ་ཤུགས་དང་ཡིད་ངག་གི་ཆོར་འདྲའི་འགྲུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས་བརྗོད་བྱ་དང་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་པར་བྱ་རྒྱུ་སོ་སོའི་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་པའི་ལྷ་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན། ཁོང་གིས་གསར་གཏོད་བྱས་པའི་དེང་རབས་སྒྲན་དག་<<ཡང་ཆོའི་ཐབ་ཆུ>> ཞེས་པ་དར་སྤེལ་བྱས་པ་ནས་རྩོམ་པ་པོ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་གི་ཀྱང་འདོན་དུ་གྱུར་ཏེ་ཡིད་ངག་ལ་སྒྲན་འགྲུར་གྱི་ཆོར་འདྲའི་དམན་པ་ཞིག་དང་སྤྱི་ལ་རྩོན་བརྗོད་བྱ་ཡང་ཡ་མཚར་བའི་སྤྱི་རྩལ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་མངོན་དུ་གྱུར། དེའི་སྤྱིར་དེང་རབས་བོད་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་པའི་ལྷ་བ་ཞིག་གི་ཀྱང་འདོན་དུ་གྱུར་ཏེ་འབྲི་བའི་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་གཏོད་བྱུར་ཡོད་པས་གསར་གཏོད་རྩོམ་པ་པོར་བསྐྱེད་བརྗོད་དང་རྩེས་སུ་ཡི་རངས་ཀྱི་གནས་སུ་ལགས།

༥༦ མཐའ་དོན་གནའ་དེང་སྒྲན་དག་ལ་བཅེངས་པའི་ལྷ་བ།

དེ་ལྷར་མི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་འགྲུལ་བསྐྱོད་ཆེ་རུ་འཕགས་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་བསྐྱར་ན་ཡང་རིག་གཞུང་གི་གསོན་ཤུགས་གང་ལ་གང་འཆོམས་ཀྱི་དུས་ལ་སྤེལ་བས་པའི་དེང་གི་སྐབས་འདིར་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་རིག་གཞུང་གི་གཞི་རྩའི་དགེ་མཚན་ཞིབ་དུ་མ་ཏོགས་པར་རང་ཉིད་མཁས་པར་རྩོམ་པ་འགྲའ་ནས་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ནི་ཆོན་རིག་གི་ལྷ་བ་དང་མི་མཐུན་པ་དང་དེ་ལ་སྤྱི་ལ་དང་དོན་སྤྱིར་ཅི་ཡང་མེད་ཆུལ་དང་། ཡང་འགྲའ་ནས་སྒྲན་དག་མེ་ལོང་རྒྱ་གར་གྱི་ལུགས་ཡིན་པས་གཞན་གྱི་ལུགས་ལ་རེ་རྩོས་ཁོ་ནས་བསྐྱེད་ན་དོ་གཞོང་དགོས་པས་སྤྱིར་བཏེ་དག་འདྲི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་དེ་ལས་བཞུགས་ཏེ་གསར་བའི་ཁྲོད་མདུན་བསྐྱོད་བྱེད་དགོས་ཞེས་མ་བཟག་གང་བྱུང་གིས་བཟད་པོམ་རྒྱུག་མཁན་དང་། ཡང་འགྲའ་ཤས་ནས་མི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱི་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕན་ནས་དེང་རབས་སྒྲན་དག་གི་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་ཁྱད་ཆོས་དང་སྒྲན་དག་གསར་བའི་ཁ་སྤྱོད་མ་ཏོགས་པར་དེ་ནི་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་སྒྲན་དག་ཉམས་རྒྱུད་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་གཞི་རྩ་ལྷ་བ་བྱ་དང་དེར་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་ཤུགས་ཅི་ཡང་མེད་ཆུལ་སོགས་ཀྱི་ཉོག་གཏམ་གྱིས་སྤྱི་རྩལ་རྩོམ་རིག་ལ་གཏོར་བཞིག་དང་རྩོམ་པ་པོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་འཁོར་སེམས་དང་འགལ་སྤྱི་མི་ཉུང་བ་ཞིག་སྤྱིར་གཙོ་བོར་ཡོད་པས། བསམ་སྤྱོད་ཞིབ་དུ་བཟད་ན་དེ་དག་ལ་སྤྱིར་པོ་རྒྱ་ཆེར་མི་འདུག་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མང་གཞིའི་ཐོག་ལས་མ་བཟལ་བར་ལག་ལེན་རྒྱུན་འདྲིན་བྱས་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་གསར་བ་དང་བསམ་སྤྱོད་གསར་བ་བདམས་གསེས་ཀྱིས་རིག་གནས་གསར་བའི་འཕེལ་རྒྱ་བསྐྱོད་རྒྱ་ལས་གཞི་རྩ་ཅི་ཡང་མེད་པར་གཡམ་རྒྱལ་ཁོན་བྱས་ཏེ་རིག་གནས་གསར་བའི་འཕེལ་རྒྱ་བསྐྱོད་དང་སྤྱི་ཚོགས་གསར་བ་སྤར་མེད་འདུགས་བསྐྱུན་གྱི་ལམ་གསར་ཞིག་དུ་བསྐྱོད་འདོད་པ་ནི་དཔྱད་མེད་སྤོང་བསམ་གྱི་ལྷ་བ་བྱས་སྤྱོད་རྩོམ་ལས་བཏེན་ཆ་ཅི་ཡང་མི་འདུག།

རིག་གཞུང་གི་གནས་ལུ་དང་། མཐོ་རྒྱལ་ཞི་མི་རིགས་དེའི་རིག་ རྩལ་གྱི་མཐོ་ཆད་དཔྱགས་པའི་མེ་ལོང་ཡིན།

སྒྲིལ་ཆད་དོན་གྱུ་ལྟ་དཔ། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

མི་རིགས་ཤིག་གི་གྲུབ་ཆ་ལས་གཞན་ལས་ཀྱི་འབྲེད་པའི་དན་དྲགས་པ་སྒྲིལ་དུ་མེད་པ་ནི་ཐུན་མིན་གྱི་རིག་གཞུང་ཉིད་ཡིན་པ་
གཏན་ཆོག་སྐུ་མའི་ཐག་གཅོད་རང་བཞིན་ལས་གྲུབ་ཅིང་། དེ་ནི་གདོད་མའི་མི་རིགས་དེ་སྤྱི་འཕེལ་གྱི་འགོ་རྒྱུགས་པ་ནས་
རང་ཆས་སུ་མངའ་བའི་གཤིས་སྤྱོད་དང་། ཁོར་ལུག་གི་འཛོལ་བས་སྐྱོད་པ་ལྟེན། ཡལ་མེས་གོང་མ་ཆོས་སྤྱོད་བ་དང་དཀའ་
སྤྱུག་གི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྱོད་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ་དང་། ཡོད་པ་ནས་སུ་སྤྱོད་མེད་ཆོག་སུ་བདད་ཡོད་ལ། རྩལ་འབྱུར་གྱི་རྒྱུད་རྒྱལ་
དང་མི་རིགས་ལ་གོད་ཆག་དབང་གིས་ཉམས་སྤྱོད་དང་རྩལ་མེད་དུ་འགྲོ་བ་ཡང་ཡོད་པ་ནི་རིག་གཞུང་སྤྱི་འཕེལ་ཉིད་དུ་འབྱུངས། དེ་
བཞིན་སྤྱོད་དོན་དེད་གངས་ཅན་པའི་རིག་གཞུང་ཡང་སྤྱི་འཕེལ་གྱི་རྒྱུད་པའི་གནའ་མི་མཐོ་སྤྱོད་དུ་བྱུང་བ་ནས་མི་འབྱུང་དུ་གྱུ་
གི་ཁ་དབྱགས་དང་རྣམ་རིག་ལྟ་དུ་གསར་དར་གྱིས། རྩལ་རབས་བདུན་པར་སྤྱོད་ཡིག་གིས་གཅོས་ཁོན་ཡོངས་ནས་རིག་གཞུང་
གི་མ་ལག་རྣམས་ཆ་མེ་ཆད་དང་། རྣམ་པ་མེ་གསར་རང་འཕེལ་ཁའི་མཐོ་རྒྱལ་དགྲུང་དུ་བསྒྲེགས་མོད། ཉེ་བའི་དུས་རབས་
བརྒྱུད་ཀྱི་པའི་ནང་ལྷ་མོ་དམར་པོའི་བཅའ་གཡོའི་སྤྱི་འཕེལ་གངས་ཆེད་སྤྱི་འཕེལ་མཐར་ཁུབ་པ་ནས། བོད་ནང་དུ་དེད་ཅག་
གི་རིག་གཞུང་ལ་གདོད་བཅོམ་དང་ཕམ་ཁ་ཆེ་བྱུང་བཞིན་དུ་མི་རྣམས་ཀྱིས་། མི་རིགས་ཀྱི་འཕེལ་ཆོས་དང་། རིག་གཞུང་སྤྱོད་
འཛིན་སྤྱོད་གཞན་ལྟ་དུ་གྱུར་བའི་རང་དབང་གི་གྲུབ་འདུག་པ། མཐོ་དམར་ཀྱང་གྱི་ཁལ་ནས་རིག་གཞུང་རྒྱུན་སྤྱོད་དང་ཉམས་
སྤྱོད་ཅིས་པའི་ཁ་གཡང་དང་འཁར་རའི་དབར་ནས། བོད་ཀྱི་ཐུན་མིན་རིག་གཞུང་གི་ཡ་གྲུལ་སྤྱོད་ཡིག་ཐད་བཅའ་འགྲུ་གནས་
པའི་བོད་ནང་ལས་གོང་ཆག་དང་སྤྱོད་ཉམས་ཆེ་བ་ཞིག་མངོན་ཆོང་ཆོར་འོག་མོངས་ཀྱི་བྱེད་ཤིག་མི་སྤྱོད་ལ། རིག་གཞུང་དང་
རྩལ་འབྱུར་གྱི་རྣམ་གཞན་སྤྱི་འཕེལ་བཞིན་སྤྱོད་ཡིག་འདི་ཉིད་སྤྱོད་ཆུང་འཛིན་དང་གསར་གདོད་ལགས་སྤྱི་འཕེལ་གྱིས། གཤམ་
འཁོད་དོན་ཆོན་གསུམ་པོ་དགོས་པའི་འདོར་མེད་ཀྱི་དམ་བཅའ་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིན་དགོས་སྤྱོད་ཆེ་ལོང་རེ་བཞིན་ན།

གཅིག་སྤྱོད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་དང་གལ་གནད་ཆེ་ཆུང་ཅི་ཡིན་ལད་སྤྱོད་མཐོ་ཆོས་ཀྱིས་ཁ་བཤད་ཅམ་མིན་པར་གཞུང་
སྤྱོད་ཡོངས་ཀྱིས་གསལ་ཤོགས་དང་འོས་འཛིན་གསལ་པོ་དགོས།

གཉིས། ཉམས་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆེ་ཆེ་ཡིན་དུས་ཞིབ་བྱས་དེ་ནིར་འབྲུལ་ལ་ནོར་འབྲུལ་དུ་འོས་འཛིན་བྱུང་བ་དགོས།
གསུམ། སྤྱོད་བ་དང་ནོར་འབྲུལ་གསལ་ཤོགས་རང་ལམ་ནོར་ཤོག་གིས་ཀོམ་སྤྱོད་གསལ་པ་འཛོལ་དེ་སྤྱོད་ལྟ་འབད་
སྤྱོད་བྱེད་དགོས་པ་བཅས་ཡིན།

དེ་ཡང་དང་པོ་ནི་སྤྱོད་ཡིག་གཅོས་རིག་གཞུང་གི་རིན་ཐང་དང་གལ་གནད་ཅི་ཡིན་ཆ་གསལ་ཅམ་བཞིན་ཀྱང་། རིག་གཞུང་སྤྱོད་

ཡོངས་ཀྱི་ཕྱོགས་སྟོན་ནམ་ཆེ་སྟོན་ནི་སྐད་ཡིག་ལ་ཐུག་ཡོད་ཅིང་མི་རིགས་ཤིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་རིག་གཞུང་གི་གནས་ཤིང་མཐོ་སྒྲུབ་ནི། མི་རིགས་དེའི་རིག་རྒྱུ་གི་མཐོ་ཆད་དཔྱགས་པའི་མེ་ལོང་ཡིན་ལ། མི་རིགས་དང་མི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་མཆོམས་གསལ་པའི་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་དབང་དུ་གསུང་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གང་ཞིག་རང་བཅན་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་གསུམ་གྱི་དང་པོར་ཡང་“བྱམ་མེན་གྱི་རིག་གཞུང་ཡོད་པ་”ཞེས་བཀོད་ཡོད་ཅིང་། རེད་གངས་ཅན་པའི་བྱིས་གཞིས་དང་རང་དབང་གཞན་ལག་དུ་ཤོར་ནས་མི་ལོ་བཞི་བཅུ་ལྷག་རིང་། ས་རྒྱལ་པོས་ཞི་བྱག་དང་གཡོ་ཐབས་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་མི་རིགས་ཙམ་མེད་དམ་གྱི་ཁོངས་སུ་སྒྲུབ་ཐབས་གང་ཡོང་བྱས་ཀྱང་། ད་ཆ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་ཙམ་དོན་གྱི་འཐབ་རྩེད་གོ་ལོའི་བྱོན་དུ་གསོན་པོར་གནས་ཤིང་། མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་གྱིས་བོད་དང་བོད་རིགས་ཀྱི་ནག་དང་རྒྱ་རིགས་ལས་ཐ་དད་པའི་ངོས་འཛིན་དང་། ཆད་མཐོའི་རྒྱལ་སྤྱིར་ཐོབ་པའི་དོན་དངོས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་གཙོ་བོ་ཡང་བྱམ་མེན་གྱི་རིག་གཞུང་ཡིན་ཞིང་། ད་དུང་ཡང་འདི་ནས་བརྩིས་པའི་ལོ་གངས་ཅི་ཙམ་རིང་། ས་རྒྱལ་དམར་པོས་བཅན་གཡོ་ཤི་ལྷར་བྱས་ཀྱང་། མར་ཙམ་གྱི་རོ་བཅུད་ལྷན་པའི་བྱམ་མེན་རིག་གཞུང་ལེགས་སྤྱོད་ཐུབ་ཆོ། གངས་ཅན་པའི་མི་རིགས་འཐབ་རྩེད་དང་བཅས་པ་ནམ་ཡང་འཆེ་མི་ཐུབ་ལ། དུས་ཚོད་ཀྱི་ཉི་མོར་ལས་ནམ་ཞིག་བདེན་དོན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཞིག་ཐོབ་ངེས་པ་ནི་ཨི་ཟླེ་རལ་(Israel)འདར་མན་(German)གྱི་བཅན་འོག་དུ་ལོ་མང་དཀའ་སྤྱུག་སྤྱོད་དགོས་ཤུང་ཡང་རིག་གཞུང་རྒྱུན་འཛིན་གྱིས་མཐར་བཅན་དབང་གི་འཆིང་ཐག་ལས་སྒོལ་བ་བཞིན་ཡིན། གལ་སྲིད་དེ་ལས་སྤོག་སྟེ་ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་(སྐབས་བབས་སྐད་ཡིག་)འདི་ཉིད་བོད་རིགས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱུན་སྤྱོད་རང་བཞིན་དང་། འཆོ་བ་དངོས་ལས་བར་ཐག་ཤིང་གིས་ནམ་ཞིག་འབྲེམ་སྟོན་གྱི་དངོས་ཤུས་ལྷ་བྱར་གྱུར་ཆོ། ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདི་ཉིད་མོད་ནས་གསོན་གནས་ཀྱི་ཆེ་སྟོན་ཆད་པ་ནི་མན་ཁྲུའི་མི་རིགས་ལས་ངེས་ཤེས་འབྲེན་ཐུབ་ལ། མི་སྣེར་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡང་རང་ཉིད་བོད་རིགས་ནལ་མ་ཞིག་ཡིན་པར་སྒྲ་སྟོན་གསལ་ཐུན་མེན་གྱི་བྱང་ཆོས་ནི། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གཞུང་གི་སྒྲུམ་བག་ངེས་ཅན་ཞིག་ལྷན་དགོས་པ་ལས། བྱིའི་བེམ་གཟུགས་ཁོ་ནས་བོད་རིགས་སུ་ངོས་འཛིན་མི་ཐུབ་པ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་སྒྲ་བ་ཀུན་གྱིས་སྤྱི་བཤད་ལས་དཔྱགས་ཐུབ། མདོར་ན་ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་ཙམ་བརྒྱུག་དུ་ཕྱིན་ན་ཆབ་སྲིད་འཕོ་འགྱུར་དང་ཕྱོགས་གཞན་ནས་རྒྱལ་སྤྱིར་གྱི་མཐོ་སྒྲུབ་ཤི་ལྷར་འཕྱར་ཀྱང་། དོན་དངོས་ཀྱི་ཙམ་དོན་རང་ལག་དུ་སོན་པ་ནི་ས་པོན་རལ་བའི་ཕྱ་གྲུ་བཞིན་དུ་ཅང་ཁག་ལ། ཅི་སྟེ་ལག་སོན་ཤུང་ཡང་སྟོན་མེད་ཀྱི་བེམ་རོ་ཞིག་ལས་དོན་སྟོང་ཅི་ཡང་མེད་པས། སྲིད་དོན་གྱི་སྒྲུབས་བཅོལ་བ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན་རིག་གཞུང་ཙམ་བརྒྱུག་དང་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་ཁ་སྟོན་ནི། འཐབ་རྩེལ་ཡུགས་འདུན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཉིད་ཤོར་དང་ཐོབ་ཀྱི་ས་མཆོམས་ངོ་མ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པས། མས་པོ་ཚོའི་ཡུགས་འདུན་དང་སྤུན་ཆེ་སྟོང་ཡུག་མང་པོའི་ཆེ་སྟོན་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱད་དུ་ཡུལ་བར་བརྩེ་ཞེན་དང་འཁོན་རྩེད་ཀྱི་ལ་རྒྱ་ཡོད་ན། རིག་གཞུང་ནི་ཁོང་ནམ་པས་ངེད་ཅག་ཐུན་མོང་ལ་བཞག་པའི་ཡུགས་ནོར་དང་དབུགས་རྒྱན་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས།

གཉིས་པ་སྐད་ཡིག་ཉམས་སྤྱད་ཀྱིས་ཡར་རྒྱས་སུ་ཕྱོགས་པའི་ནམ་པ་མདོན་མི་ཐུབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་
འགའ་ཞིག་བརྗོད་ན།

༡༥ བོད་མི་ཐལ་མོ་ཆེས་རང་གི་སྐད་ཡིག་དེ་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་སྟོན་དང་གྲུབ་ཆ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་གསལ་སྟོན་གསལ་

མི་ཐུབ་པར་འཆོ་ཐབས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཙམ་ལ་བཅིས་ཏེ། རང་གི་དགའ་ཉེ་དང་བུ་ཕྱག་སོགས་ལ་བོད་ཡིག་ལས་དབྱིན་ཡིག་གལ་ཆེ་
མེད་ཅན་བསྐབ་དང་བུ་ཕྱག་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ལས་བཞུལ་བའི་དབྱེད་ཞིབ་མི་བྱ་བར་བོད་ཡིག་ལ་སྒྲུང་མེད་ལྟ་བུས་སྒྲིག་ཡིག་གཞན་
ལ་མཐོང་ཆེན་བྱེད་པ།

༡༥ སློབ་གྲྭ་ཁག་ཏུ་བོད་དགེ་ཤེས་ཆད་ལྡན་པ་ཉུང་བུ་ལས་མེད་པར་ལག་འཁྱར་ཙམ་གྱིས་དུས་ཚོད་བསྐྱེད་ཐབས་བྱེད་
མཁན་མང་ཞིང་། བོད་ཡིག་གི་ཤེས་ཆད་ལྡན་པ་ཁག་ཅིག་བོད་ཡིག་གི་ལས་ཀ་མ་བརྟེན་པར་ཟ་ཁང་སོགས་སུ་ངལ་ལས་བྱས་
ནས་སྡོད་དགོས་པ།

༡༦ བོད་དགེ་རྒྱལ་ས་ལ་སློབ་ཡོན་རྒྱུང་བའམ་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཡིན་ཡང་རྒྱལ་ཞེན་དང་རྒྱག་སློབ་མན་པས་དཔལ་འབྱོར་
དང་སྤྱི་སྤྱོད་ལ་དམིགས་ཏེ་སློབ་དགེ་ནས་རྩ་དགོངས་ལུ་བ།

༡༧ གཞི་རིམ་བོད་དགེ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཡིག་ཆ་དང་སྐབས་དྲི་ཤོག་གི་དྲི་བ་རྒྱལ་ས་བསྐྱར་བཀོལ་ཡང་བཀོལ་དང་། དྲི་
བར་ལན་བསྐབ་རྗེས་དྲི་བ་དེ་ཉིད་དངོས་གཞིའི་ཡིག་ཆ་དང་ལ་བཀོལ་ཏེ། ཡིག་རྒྱགས་ཆད་ལྡན་མ་བྱུང་བས་སློབ་མ་རྒྱལ་ས་སློབ་
ཆན་ལ་དོ་སྒྲུང་ཅན་དུ་བཟོ་མ་བྱུང་བ་དང་སློབ་མའི་གནས་རིམ་དཔོགས་མི་བྱུང་བས་ཡིག་ཆ་དང་ཀྱི་དམིགས་དོན་བོར་བ།

༡༨ གཞི་རིམ་སློབ་དེབ་ཆ་ཆད་བོད་ཡིག་ཐོག་མེད་པ་དང་། ཡོད་པ་རྒྱལ་ས་ཀྱང་སློབ་མའི་ལོ་ཆད་དང་། སློབ་དུས་ཀྱི་
འགྲེས་སོགས་ལ་མི་མཐུན་པ་མང་བས། སློབ་ཆན་འབྲིད་རིམ་དང་། སློབ་མའི་ཤེས་ཆ་དང་འཕེལ་རིམ་དོ་མཉམ་མི་ཡོང་བ།

༡༩ ད་ལྟ་གཞན་དབང་སྐབས་བརྒྱུད་འོག་བོད་ཡིག་གི་ལས་སྡེ་ཉུང་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས། གཞོན་སྡེས་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་མ་
འོངས་ཕྱགས་རྒྱུང་རིང་པོའི་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཉགས་དང་། རང་དབང་གི་སྐྱེལ་བཟང་འཆར་ཆེ་བོད་ཡིག་གི་མདུན་ལམ་ཅི་
འདྲུང་སོགས་ལ་བསམ་གཞིགས་མི་བྱ་བར་བོད་ཡིག་སྤྱོད་རྒྱར་ཡིད་བྱང་ཆད་པ།

༢༠ སློབ་འབྲིད་སྐབས་མི་རིགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་མེད་པས་སློབ་མ་རྒྱལ་ས་རང་གི་རིག་གཞུང་དང་མི་རིགས་ལ། ལ་ཞེན་ཅི་
ཡོད་མངོན་མི་བྱུང་ཅིང་། དེ་དག་ལ་འབད་འདོད་ཀྱི་ངར་མེམས་མི་བརྒྱས་པ།

༢༡ བོད་ཡིག་ནང་ཡིད་མེམས་འགྲུག་པའི་བརྩམ་སྐྱུང་དང་། དངོས་ཡོད་འཆོ་བའི་རྒྱན་གས། མཚར་གདམ། དེ་
བཞིན་གྱིས་སྐྱུང་སོགས་ཉུང་བུ་ལས་མེད་པས་གཞོན་སྡེས་ཆོའི་མངོན་འདོད་བོད་ཡིག་ཐོག་མི་སླེབས་པ།

༢༢ དེང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བཙོས་རང་གི་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་ལས། དཔལ་འབྱོར་འདུ་འགོད་གཙོ་ཆེར་བཟུང་སྟེ།
བོད་ཀྱི་ཕྱགས་ནོར་ནང་ཆོས་སོགས་ནང་གཏེར་སྤྱི་འདྲེན་ཙམ་ལས། སྤྱི་གཏེར་ནང་འདྲེན་གྱིས་མི་རིགས་གཞན་པའི་རིག་
གཞུང་གི་ལེགས་ཆ་ཆོན་རིག་དང་། འཐབ་ཚོད་ཀྱི་རྒྱུད་རིམ་ལྡན་པའི་བྱུང་བ་དང་ཆེད་ཚིམ་སོགས་བོད་ཡིག་ནང་ཕབ་སྐྱར་
བྱེད་མཁན་དུ་ལམ་མེད་པ།

༡༠། བཅན་ཕྱོད་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཚོམ་པ་པོ་དང་། ཚགས་གོག་ ཏུས་དེབ་དང་ཚོམ་དེབ་ཉུང་ཞིང་། དེ་དག་ལ་རིན་ཐང་བཅི་
མཁན་དང་ལྷ་སྒྲིག་བྱེད་མཁན་ཉུང་དུ་ལས་མེད་པ་སོགས་ནི་བོད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་མི་འགྲོ་བ་དང་ནམས་རྒྱད་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་
གཙོ་བོ་རུ་མཐོང་བས། གཞུང་སྒྲེར་ཡོངས་ཀྱིས་རང་ཚོངས་རང་གིས་ཤེས་པར་བྱ་རྒྱུ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་མོ་རུ་སྒྲུལ།

གསུམ་པ། མྱོང་བ་དང་ནོར་འབྲུལ་གསལ་ལྟོགས་ངང་ལམ་ནོར་ལྷོག་ཤེས་ཀྱིས་གོམ་སྒྲུབས་གསར་པ་
འཆོལ་ཏེ་སྤར་ལྷག་འབད་སྒྲུབ་བྱེད་དགོས་པ།

ཡིག་མོངས་སེལ་བ་ཙམ་ལ་སྒྲོ་ཁ་ཁེངས་ནས་མི་སྤྱོད་པར་གོང་འཁོད་ཀྱི་ཞན་ཆ་བཅུ་པོ་གསལ་ལྟོགས་ཀྱིས། དེ་དག་གཙང་
སེལ་གྲོག་ལེགས་པའི་ཐབས་ལམ་གསར་འཆོལ་བྱས་ཏེ་སྤར་ཡིག་རྒྱུན་འཛིན་དང་། ལེགས་སྤེལ་གྱི་བྱུང་ཆ་ནམས་ཁྱོན་ཡོངས་
ནས་ཐུན་སུམ་ཐེ་ཚོགས་ཀྱིས་ཁ་སྒྲོན་དོན་སྒྲུན་འབྱུང་སྤྱད། གོམ་སྒྲུབས་གསར་པ་ཡོང་བར་རིག་གཞུང་ལ་ཞེན་པ་དང་བསམ་
སྒྲོགས་ར་པ་ཞིག་བསྐྱེད་དེ། དེ་དག་ཙམ་གཟན་ཐུན་མོང་གིས་ང་ཚོའི་ཆེ་སྤྱོད་སྤྱེ། རིག་གཞུང་གཙུག་སྤྱོང་གི་ཐད་ལ་རང་
རྣམས་གང་ཐུབ་འདོན་རྒྱུ་ནི། ཏུས་རབས་ཀྱི་དཀྱིག་མཆོམས་འདིར་མི་རིགས་ཤིག་གི་ལས་འགན་ལྷོག་མེད་དུ་ལགས་ན་དེ་བཞིན་
འབད་པ་མི་སྤྱོད་པ་གནང་རོགས་ཞེས་རིགས་མཐུན་གྱི་ཞུ་འབོད་དུ་ཡུལ་བ་ལོ།

(མ་གཞི་སྒྲོ་དམན་པ་བདག་ལ་བཞེད་གཞི་གང་དུ་ཡང་དཔྱད་བཞེད་ཀྱི་སྒྲུག་ཅེ་གཏད་རྣམས་མ་མཆིས་ཀྱང་། བཞེད་མེད་ཡིད་གདུང་
གིས་བསྐུལ་བའི་དཔྱད་བྱང་འདིའི་ནང་འཁོད་པ་ནམས་ཡིག་མོངས་སེལ་བ་ཙམ་གྱིས་སྒྲོ་ཁ་ཁེངས་ནས་སྤྱོད་པའི་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོན་
ཡོངས་ཀྱི་ཞན་ཆ་སྤྱོད་པ་ལས་མི་ཤེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་ཞན་ཆ་བཞེད་པ་མིན་ན་དེ་ལུགས་དཔྱད་པར་འཆལ་ལོ།)

བོད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲེལ་བར་དཔུང་པའི་གཏམ་

སྒྲུག་བསམ་གྱི་དྲུང་ཟླ།

ཀུལ་མཆོཅ་སྒྲིགས་ལ། (རིག་གནས་ཁ་པ།)

སྤྱི་མཐུན་།

དེ་ཡང་སྤྱི་མཐུན་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདི་གངས་རི་དང་། ལུ་མེད་ནགས་ཚལ་གྱིས་བསྐྱོར་བའི་མཆོཅ་ཆེན་པོ་མེད་རིགས་སུས་ཀྱང་
བདག་ཏུ་མ་བཟུང་བཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནས་བོད་ཀྱི་ཆོ་རྒྱུད་ཡུལ་ཡར་ལུང་ཁྲལ་དུ་འཛོལ་ནས་བྱེད་པའི་སྤྱོད་རིགས་ཆེ་ཆུང་
དེ་དག་ལ་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་དེས་ཅན་ཞིག་ཆོག་པ་ལས་བོད་ཀྱི་མེད་འགྲོ་བ་ཐོག་མར་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། རྒྱ་མཆོཅ་དེས་བོད་ཀྱི་
འགྲོ་བ་མེད་ཅུ་པའི་འབྲུང་ཁྲུང་ས་ནི་རང་ས་རང་ནས་སྤྱོད་འབྲེལ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་གསལ་ཉོག་ས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་དུས་
ལུན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་འཇམ་སྤྱིང་གཞན་དང་འདྲ་བར་མི་ལོ་སྤོང་སྤྱག་མང་པོའི་སྤོན་ནས་བྱུང་བ་འདུག་པའོ། ལོ་རྒྱུས་སྤྱོད་
པའི་མཁས་པའི་དབང་པོ་བྱ་སྤོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་། འགོས་ལོ་རྒྱུ་བ་གཞོན་ཅུ་དཔལ། སྒྲུག་ཆོང་ལོ་རྒྱུ་བ་སོགས་ཀྱིས་
‘བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདི་རྒྱ་གར་དང་འདྲ་བར་ཡུལ་དང་། མི་རིགས་བསྐྱེད་པ་ནས་བྱུང་ཞེས་བྱས་ན་ཡང་ལུང་དང་རིགས་པས་འགའ་
བ་མེད་’ཅེས་གསུངས་པ་དང་། དེར་མ་ཟད་དེང་སྐབས་གནའ་པོའི་དངོས་ཆས་འཛོལ་ཆེན་ཐོན་པ་ཚན་རིག་པས་བརྒྱུ་དཔྱད་
བྱས་པ་སོགས་ལས་ཀྱང་ཤེས་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན། བོད་དུ་འགྲོ་བ་མེད་རིགས་བྱུང་བ་དེ་ནས་རྗེ་འབངས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྒྱུང་ཟད་དོད་
དེ་འགའ་ཞིག་གིས་མི་ཆོག་ས་བྱུང་ས་ཀྱི་འགོ་བྱེད་ལ་མ་སྤོན་བྱེད་པ་རང་བྱུང་སེལ་མེད་ཆུལ་དུ་གནས་ཡོད། དེ་ནས་སྤྱོད་ལོའི་སྤོན་
ཀྱི་ལོ་འཕམ་ཅུ་ལ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཐོག་མ་གནའ་ཁྲི་བཅན་པོ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་ཡུལ་གྱི་བྱུང་མེད་མི་བཅུན་
ལུ་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་འབྲུངས་པ་ནར་སོན་ནས་ཡུལ་ཡར་ལུང་དུ་བརྒྱལ་ཅིང་། དེ་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་མང་པོ་དབང་དུ་བསྐྱེད་པ་སོགས་རིམ་
ཀྱིས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཐོག་མ་དེ་ཡང་ཡུལ་གཞན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་བོད་རང་
ཁོས་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བ་ཞིག་པོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་བ་ཡིན།

དེ་ནས་བར་མ་ཆད་པར་རྒྱལ་ཐོག་སོ་གསུམ་པ་ཆོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅན་སྤྱོད་པའི་སྐབས། རིགས་རྒྱུད་གཅིག་པའི་བོད་ཁམས་
ཡོངས་རྒྱུགས་གཅིག་གྱུར་མཛད་ཡོད། དེ་ནས་རྒྱལ་ཐོག་སོ་བདུན་པ་ཁྲི་སྤོང་རྗེ་པུ་བཅན་སྐབས་ཆད་ཀྱིད་དར་རྒྱུས་ལུས་སྤྱོད་ཆོག་ས་
པར་མཛད་པ་དེ་མངའ་བདག་ཁྲི་རལ་པ་ཅན་བར་མ་ཉམས་པར་གནས་ཡོད། ཁོཅ་ཀྱང་དེ་རྗེས་སྤྱང་དར་མེད་སྐབས་ཉམས་རྒྱུད་
ལུགས་ཆེ་བྱུང་ཞིང་སྤྱོད་པར་མངའ་བདག་བོད་སྤྱང་དང་ཡུམ་བཙན་གཉིས་མངའ་རིས་ཐད་མི་མཐུན་པའི་གཞི་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་
ཉོག་ས་ཁག་གཉིས་སུ་གྱེས་ཤིང་དེའི་རྒྱུན་པས་འབངས་གྱེན་ལོག་ཅེས་བྱ་བ་གྱུང་ནས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྤོང་འདྲ་ཤིང་གཅིག་
ཀྱུར་དང་ཕན་ཚུན་རྟོག་ཅེས་སྤྱོད་ཀྱི་ཤོང་བྱ་རང་ཞིག་ཏུ་སོང་ནས་བོད་ཁམས་ཡོངས་རྒྱུགས་སེལ་བྱ་ནས་སེལ་བྱུར་གྱུར་ཡོད།

ནའང་རྒྱལ་ཡིག་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་ལས་རང་གི་བོད་ཡིག་ལ་མི་དགའ་བ་དང་དེ་ལ་བསམ་འཆར་ཡོད་པ་རེད་”ཅེས་དང་། “བོད་ཡིག་བྲིད་ན་གོ་ཚད་ཀྱི་མ་རེད། རྒྱལ་ཡིག་མི་བྲིད་པར་བོད་ཡིག་བྲིད་ན་དུས་ཚོད་ཆང་མ་འབྲོ་བརྒྱུག་བཏང་བ་རེད་ཅེས་བསམ་འཆར་བཤད། དེ་བས་བྲིད་ཆོས་བྱིས་པར་མདུན་ལམ་མེད་ཀྱི་ཟེར་བའང་ཁག་མི་འདུག དེར་སྐབས་རྒྱལ་ཡིག་མ་ཤེས་ན་ལས་བྱེད་པར་འགྲོ་ས་མེད་པ་དང་། དཔོན་པོ་ཁྱེད་མི་ཐུབ་”ཅེས་པའི་གསུངས་ཀྱིས་ལོ་ངོ་བཅུ་ཡུག་ལྷག་གི་རྩོན་དུ་བོད་ནང་ལའང་གསུང་སྐད་འདྲ་མིན་བརྒྱུན་མཁན་ཡོད་པ་གསལ་བོ་ཡིན།

ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་རྒྱལ་ཁབ་ཁྲུང་ལོ་མང་ལ་དགོས་པ་མ་ཟད། འབྲུ་རིགས་དང་ཕུགས་ཟོག་བཅོངས་ཏེ་སློབ་ཕྱག་གི་ལོ་རེའི་སློབ་ཡོན་དུ་སྦྱོང་དགོས་པས། བྱིས་སུ་ལས་ཀ་མ་རེག་ཆེ་འགྲོ་སྐྱོང་བཏང་སྟེ་དཀྱའ་ལས་བརྒྱབ་པ་ཐམས་ཅད་ངལ་བ་འབྲས་མེད་དུ་འགྱུར་བས་པ་བྱ་རྒྱུ་ལ་སེམས་བྱུང་ཏེ་ཅང་ཆེ། དེ་བས་པ་མ་ཆོས་སོ་སོའི་ཕུག་ལ་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་ལྟེ་སྐད་ཡིག་སྦྱང་དགོས་པའི་སྒྲུབ་མ་ཡང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་སློབ་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱང་སྟོན་མ་ལས་སྟོ་རུ་སྐྱོང་ཡོད་པ་ནི། ལུབ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སློབ་དཔོན་གྱི་མཆན་གནས་འཛིན་པ་མཁས་དབང་དོར་ཞི་མཆོག་གིས་“ལོ་རེ་བཞིན་བོད་ཡིག་གི་སློབ་གྲྭ་འབྲིང་རིམ་ནས་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོར་རྒྱགས་སྦྱོང་མཁན་ནང་ན་རྒྱགས་འབྲིང་མཁན་བརྒྱ་ཆའི་སུམ་ཅུ་ཡང་མི་ཡོང་ཞིང་། དེའི་ནང་ན་བོད་ཡིག་སྐར་མ་བརྒྱད་ཅུ་ཡན་ཆད་ཅན་ཆེས་ཉུང་བར་སྤྱང་ལ། རང་རེ་བོད་ཡིག་ཆན་ཁག་ཏུ་རྒྱགས་འབྲིང་པའི་ནང་ན་ཡང་། བོད་སྐད་ཡིག་གི་བཟང་ཞན་རིམ་པ་གསུམ་ཕྱེ་ན་སློབ་བྲིད་ཀྱི་རྩིས་ཚོད་པའི་སྐད་ཡིག་གི་ཡོན་ཆ་དང་ལྔ་ཟད་བཟང་ཤོས། སྤྱིར་བཏང་འཛིན་གྲུ་རེ་ལ་ལྔ་དུག་ཅུ་མ་ལས་མེད་(འཛིན་གྲུ་རེར་མི་གྲངས་༡༠ནས་༡༥བར་ཡོད་)། དེ་ལ་བརྒྱ་ཆ་ཕྱིས་ན་བརྒྱ་ཆའི་བཅོ་ལྔ་ཡོང་མི་ཡོང་རེད་”ཅེས་གསུངས་པ་ལས་ཤེས་བྱུང་ནའང་བཅན་ཤུལ་གྱི་སློབ་མས་དེ་དག་གི་བོད་ཡིག་ཤེས་ཚད་དང་བརྒྱར་ཐབས་མེད། བཅན་ཤུལ་སློབ་གྲུའི་ནང་གི་སློབ་ཕྱག་ལ་མཆོན་ན། སློབ་མའི་དུས་ཡུན་(སློབ་མཐར་མ་ཕྱིན་བར་)ལས་ཆེར་སློབ་གྲུའི་ནང་སྟེལ་གྱིན་ཡོད་པས། དེའི་སྦྱང་ཡོན་གཉིས་ཀ་སློབ་གྲུའི་འཛིན་སྦྱོང་དང་དགེ་ཆ་ན། བྱིས་ཆང་མ་ཆབ་བཅས་ལ་རག་ལས་ཡོད་པས་དེའི་བོད་ཡིག་གི་ཤེས་ཚད་བོད་ནང་དང་བརྒྱར་ཐབས་མེད་པ་ནི་སློབ་གསོའི་འཛིན་སྦྱོང་དང་། སློབ་ཆན་གྱི་སྒྲིག་གཞི། དགེ་ཆན་གྱི་ཤེས་ཚད། སློབ་སྦྱོང་སྦྱོང་ཐབས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པས་མ་འདང་བར་སྒྲུམ། དེ་བས་གཤམ་དུ་འདྲིའི་ཐད་ལ་དོན་གནད་འགའ་ཞིག་རང་གི་བསམ་ཚུལ་དང་སྦྱོང་ཆོར་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ལྟར་བཞུགས་པ་ལྟར་བྱེད་པར་བྱུང་།

དང་པོ། སློབ་གསོའི་འཛིན་སྦྱོང་གི་སྐོར།

སྤྱིར་འཛིན་སྦྱོང་ཞེས་པ་ནི་མི་སྣ་འགའ་ཞིག་ལས་གྲུབ་པའི་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེའི་འཛིན་སྦྱོང་གི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ཡང་ཆོགས་གཙོས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད། སློབ་གྲྭ་ཞིག་ལ་མཆོན་ནའང་དེའི་འཛིན་སྦྱོང་གི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་སློབ་བྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོད་སྐབས། སློབ་གྲུ་དེའི་སྤྱི་ཞིག་གཞི་དང་། དགེ་སློབ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་སྟེའི་ཁ་ཕྱོགས། གོ་རྟོགས་མཐོ་དམན་ཡང་སློབ་གྲུ་དེའི་སློབ་བྱིས་

རྒྱ་སྤྱི་ལོ་ལྷ་མ་ཟུང་ཞིང་། ཀྱུ་མུད་ཀྱི་འཇུག་ཁ་དགོད་
 པའི་མཚན་མོ་འདིར། ངས་ཁེར་རྒྱུ་དེ་ལོ་འཛིན་པའི་
 བསལ་འོད་བདུས་ཤིང་། འདས་ཟིན་པའི་ངེད་གཉིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་
 ཕྱིར་དྲན་བྱས། ལོ་དེ་དག་ཏུ། བཅོན་འཇུག་པའི་གྲང་རྒྱུ་
 བེན་ཏུ་ལྡང་བས་སྤྱན་རྒྱ་མང་པོའི་ཆེ་སྤྱོད་གི་སྤྱོན་མེས་སྤྱོད་ཀྱི་
 ཐུ་སྤྱོད་འཇུག་ཏེ་སྤྱན་པའི་འཛིན་ཏེ་ཞིག་ཏུ་བཞུད་ཅིང་། རྒྱལ་
 ཞེན་དང་མི་རིགས་ཀྱི་རྩ་བ་སྤྱོད་ཅ་གཅོད་པའི་རྩ་རེ་ཡིན་དུས།
 རྩེད་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་གང་ཡང་ཡིད་གཏུང་གི་རྒྱགས་སྤྱེ་
 ལས་མེད་ཀྱང་། རྒྱལ་གཅེས་ཀྱི་ཁུ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་དམ་ལ། བཅོ་
 གཏུང་གི་དོན་རྒྱབས་ཏ་ཅང་ཆེ་བས། ངེད་གཉིས་ཀྱི་ཀྲང་འགོ་
 ཡིད་ཆད་དང་གཏུང་བས་མཉམ་རྩེད་མེད། རྒྱབས་དེ་དུས།
 ཆང་ཁང་དང་། ཟ་ཁང་། འདུ་ལོང་ཆེ་བའི་ཆོང་འདུས་སོགས་
 སུ། མི་རིགས་ཀྱི་རྩ་བ་པའི་དྲི་བསུང་ཤིན་ཏུ་ཞིམ་ཨ།

གཞན་དབང་སྤྱོད་ཀྱིས་བཟེ་བའི་ང་། ཁྱེད་རང་ལ་སྤྱི་ཕྱག་
 འཆལ་ཞིང་། མི་རིགས་འདིའི་ལས་དབང་ཕྱག་ཏུ་འཁྱུར་ཏེ་
 ཏི་མ་ལ་ཡར་དོག་སྤྱེ་བཞག་རྒྱབས། གངས་འབྲུག་དང་དཀར་
 གཟར་བའི་རི་སུལ་ན། ཉམ་ཐག་པའི་སྤྱན་རྒྱ་མང་པོའི་ནམ་
 ཤེས་རིག་ལ། དུས་གཏན་དུ་དྲན་པའི་བསྐྱེད་མགོན་པོ་ཞིག་
 གི་ཞབས་ཇེས་རིག་ རོ་མ་བཤད་ན། རྒྱབས་དེ་དུས་ཀྱི་ངའི་
 སེམས་པ་ནི་དགའ་ཡང་དགའ་ལ་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱོད།

མེ་ཏོག་སྤྱོད་ཀྱིས་བཞད་པའི་བཅོན་འཇུག་པའི་རྩམ་རྩེད་ཞིང་།
 ཅ་བ་གསར་དུ་འཇུགས་པའི་ཉམ་རྒྱུང་ངར། མཐོང་རྒྱུང་དང་
 ཁྱེད་གསོད་ཀྱི་ཕྱག་དབང་མང་དུ་རག་ལ། ཅ་བ་གཅིག་པའི་
 མེ་ཏོག་ཆོ་ཞིག་གིས། “ཁྱོད་ལ་ཟང་ཟིང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་།
 རིགས་གཞན་ཀྱི་ལོ་འདབ་ཐོགས་མི་འདུག་པས། དྲི་བསུང་
 མི་འདུག་”ཟེར། འོན་ཏེ། ཡིད་པམ་པ་ཞིག་ལ་ཁོ་ཆོ་པལ་
 ཆེ་བས་སེམས་པ་ནི་དཔལ་འཕྱོར་ཀྱི་ཟེལ་མངར་ཡིན་པ་དང་།
 རྒྱུང་བཞི་ཨ་རིའི་རྩམ་རྩེད། ད་དུང་ཁོང་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་
 ཀྲང་ཟུང་ཅི་ཞིག་ལ་ཁེན་ཏེ་ཡོད་པ་མི་རིགས་པར་འདུག དེ་
 ཉམས་བཟུང་། ངས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་བཞིན་
 རས་དྲན་ཞིང་། ལས་དབང་གིས་བསྐྱེད་པའི་རེ་བ་སྤྱོད་མོ་ཞིག་
 ལ་རེ་སྤྱོད་ཀྱི་པའི་སྤྱན་རྒྱུང་དྲན། ཡིན་ནའང་། ངས་ནམ་
 ཡང་ཡིད་ཆེས་པ་ནི་བདེན་པའི་སྤྱོད་མེ་ཡིན་པ་དང་། ཉམ་ཡང་
 བསམ་པ་ནི་སྤྱན་རྒྱའི་འདུ་ཤེས་ཡིན་པས། ཞེ་སྤྱོད་ཏིན་མི་འདུག་
 ལ། ཁྱོ་བའང་སྤྱོད་ཅིག་མེད་མོད། ཤོག་བུ་རྒྱུང་ཁྱེད་ལ་ཕྱུའི་
 རྩམ་རྩེད་འདིའི་མེ་ཏོག་ཆོའི་མ་འོངས་པའི་ལས་དབང་ལ་སེམས་
 ངལ་གྱི་ཁུར་བུ་ཤིན་ཏུ་ཆུ། གཟིགས་དང་། རོ་དགོང་གི་དུང་
 རྒྱ་ཏ་ཅང་སྤྱོད་ཞིང་དངས།

ཞིག་ཆགས་ཀྱི་རེད” ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་པོད་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བ་ལའང་ནང་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱབ་
བྱ་གཙོ་བོ་བྱམས་བཅེ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ལྷག་བསམ་དང་དྲང་བདེན་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཁ་བྱལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེས་
ན་འང་མ་གྲིང་འདིའི་ནང་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ལས་འགོ་བཙུག་པའི་རྣམས་ཀྱི་འཆོ་པར་རྩིས་ཐོན་པའི་བཟང་ཕྱོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཕྱིན་
ཡོད། ཡིན་འང་འགོ་བཙུག་པའི་རྩོན་ཆ་ཆང་བ་ཕྱི་དངོས་པོ་ཡར་གཅིག་ཕྱས་སྐྱབ་མེ་བྱལ་བའང་ང་ཆོས་གསལ་རྟོགས་བྱལ་བ་ཞིག་
ཡིན། སྐབས་རེ་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཡར་རྒྱས་ལས་འགོ་བཙུག་པའི་རྣམས་ལ་རྟོག་དྲ་དང་དཀའ་ངལ་སྟོན་མ་ཞིག་བཟོ་ཡི་ཡོད་པར་བརྟེན་
འང་མ་གྲིང་འདིའི་སྤྱི་དྲུང་ཆོས་ལུགས་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་ནང་ཆོས་ལ་འགོ་བཙུག་པའི་བདེ་དོན་དང་ཁེ་ཕན་སྐྱབ་པའི་རྣམས་པ་
ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་མ་བཟླག་པར་གནས་ཡོད་པ་ཡིན་ལགས་སོ།

གོང་གསལ་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་དང་དཔྱད་པ་རྒྱུད་ཟད་བྱས་པ་ནི་དེར་སྐབས་མི་རིགས་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་འཛིན་པར་
ཁས་ཆེ་བ་འགས། ལུང་རིགས་ཉམས་སྤྱོད་ཆད་མས་ཟེན་པའི་དྲི་མ་མེད་པའི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་རིག་པའི་གཞུང་
ལུགས་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ལ་མཐོང་ཆུང་དང་། ཟུར་ཟ། བརྟེན་མེད་བྱེད་པའི་སྤྱང་ཚུལ་ཞིག་རྩིས་གསལ་དུ་འགོ་བཙུག་འདུག་པས།
དེ་ཁྱབ་བཅལ་དུ་ཕྱིན་ན་དེའི་རྒྱུན་གྱིས་ཐུན་མེན་རིག་གཞུང་དེ་ཉིད་ཉམས་སྤྱོད་དུ་འགོ་ཉིན་ཆེ་བས་དེ་ལ་བསམ་ཞིང་། རང་མི་
རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་ཁྱུར་དུ་གྲངས་ཏེ་དཔྱད་ཁུལ་ལགས་ཀྱང་། རང་ཉིད་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་མཚོར་དཔྱད་པའི་སྤྱོད་རྣམས་པ་ཤིན་ཏུ་དམན་
པས། འདི་ལ་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་གི་སྒྲིན་འབྱུང་ངེས་པས་གཟུར་གནས་དཔྱད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིན་སྤྱར་འཆགས་ཤིང་ལེགས་པའི་
ཆ་རྒྱུད་ཟད་མཆིས་ན་དེ་ནི་རིང་ས་ནས་ཡིད་ལ་བརྟག་པའི་བོད་རང་དབང་གི་བདེན་དོན་སྤྱར་གསོ་དང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཐུན་
མེན་རིག་གཞུང་འདི་ཉིད་དར་རྒྱས་ཕྱན་སྐྱེམ་ཆོགས་པ་ཡོང་བའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག།

མཆར་གཏམ་བསྐྱར་མ།

བརྒྱ་ཆ་ཅི་ཚུལ། (Reader's Digest)

ཕུན་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་ལ།

ལོ་ལྔ་ལོན་པའི་བུས་རང་གི་ལ་ལ། “ཕུ་ལགས་ཕུ་ལགས། ཁ་སང་གི་ཡིག་རྒྱུགས་ནང་ང་ལ་ཁྱོད་བརྟོམས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠
ཐོབ་འདུག” ཅེས་བརྟོན་སྐབས་ཕུ་ལགས་ཏེ་ཅང་དགའ་ནས་རང་གི་བུ་པང་ལ་བཏེགས་ཏེ་ཞིབ་དུ་འདྲི་སྐབས། བུས། “བོད་
ཡིག་ལ་སྤྱར་མ་ ༡ ཡང་ཅིས་ལ་ ༠ གྲུ་གོར་དང་། དེ་ཕྱིན་རི་ལ་ ༠ གྲུ་གོར་བཅས་ཁྱོད་བརྟོམས་བརྒྱ་ཆ་ ༡༠༠ཐོབ་འདུག” ཞེས་
བརྟོན།

བོད་སྐད་ཡིག་གི་སློབ་སྦྱང་སྐོར་གྱི་བསམ་ཚུལ་རྒྱལ་ཚམ་སྒྲུང་བ་ ལྷག་བསམ་འོ་མའི་རང་མདངས།

གཙམ་བཟོ་བྱེད་ཀྱིས། (རིག་གནས་ཀྱི་པ།)

དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་ལོ་རབས་ལྔ་བ་ཙུ་ཡས་མས་ནས་བཟུང་བྱུང་གི་ནུས་པ་དམར་ཤོག་ཆོག་པ་ལས་བོད་ལ་ཆོད་ལས་འདས་པའི་དྲག་གཞན་དང་བཙན་བཟུང་བྱས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ལོར་ཡོང་ས་མཆོག་གཙོ་བྱས་པའི་བོད་མི་འབྲུམ་ཕྱག་ལྷག་ཏེ་མ་ལ་ཡ་བརྟེན་ཏེ་བྱ་གར་དུ་སྤྱབས་བཅོལ་ལ་ཡོང་དགོས་བྱུང་། དེ་ནས་བཟུང་གཞིས་ཁྱོན་གཉིས་སུ་གྱུར་ནས་བོད་ཕྱི་ནང་ཀུན་ལ་སྤྱོད་ལས་འདས་པའི་དཀའ་སྤྱོད་ཆོད་མེད་བྱུང་ས་ཏེ་མི་ལོ་བཞི་ཙུ་ཞེ་གཅིག་ལྷག་ཕྱིན་ཡོད། ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་དུ་བསྐྱོད་པའི་མི་ལོ་དེ་དག་གི་རིང་བཙན་བྱོལ་བོད་གཞུང་ཞེས་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ་དང་། ཡོད་པ་ནས་དམངས་གཙོའི་སྒྲིག་འཛུགས་ཅན་གྱི་གཞུང་ཆོད་ལྷན་ཞིག་བཙུགས་ཡོད་ལ། དེའི་འོག་གི་མི་དམངས་རྣམས་ཀྱང་འཕེལ་བྱས་རང་བཞིན་དང་དམངས་གཙོའི་ཁེ་དབང་ལོངས་སུ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད། ལྷག་པར་བྱུང་སྤྱོད་སྤྱི་ལོ་ཉི་ཤུ་མིང་གི་ལྷག་མར་གྱུར་པའི་བོད་ཀྱི་ལས་དོན་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རོགས་རམ་དང་། བྱ་བྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་དང་ལས་འགུལ་འདྲ་མིན་སྤྱོད་པས་གྱུ་བྱེད་འབྲས་ཀྱང་གང་ལ་གང་འཆོམ་ཞིག་ཐོན་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཤེས་རིག་གི་ཐད་ནས་ཀྱང་མི་དམངས་པའི་འབྲས་བུ་ཐོན་ཡོད།

སྤྱིར་ང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་དུ་ཡོང་བ་ནས་བཟུང་ཡོང་ས་མཆོག་གི་དགོངས་གཞི་ལྷན་བོད་པའི་སློབ་གྲྭ་ལོགས་སུ་བཙུགས་ཏེ་རང་རེའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་དབྱིན་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་ལག་ཤེས་སོགས་ཤེས་ཡོན་འདྲ་མིན་གྱི་སློབ་སྦྱང་སྦྱང་དང་སྦྱོང་སྦྱོང་སྦྱོང་ལ། མཐར་ཕྱིན་པའི་སློབ་མའི་གྲངས་ཀྱང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་ཤེས་པའི་གནས་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་བོད་ཡིག་གི་གནས་ཆོད་ཐད་ནས་འདྲིན་རིམ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ལག་འཁྱར་དང་ཆོད་མཐུན་པའི་སློབ་སྦྱང་སྦྱོང་སྦྱོང་སྦྱོང་ཐུབ་མེད། དེ་ནི་དགོ་ཆུན་གྱིས་ལན་པ་ཞིག་མིན་ལ་སློབ་མས་ལན་པ་འདྲ་མིན། འདི་ནི་ཏ་ཅང་ཆོད་མེད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་སྤྱོད་པའི་ཕྱི་ནང་གཉིས་སུ་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་པས་ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་དབྱེ་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་བོད་ནང་ལ་མཆོན་ན། བྱ་གཞི་གིས་བཙན་དབང་བསྐྱུར་བ་ནས་བཟུང་འཆར་གཞི་ལྷན་པའི་སློབ་སྦྱང་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ཙམ་མེད་བཟོ་བར་ཆོད་དམིགས་ཀྱིས་ཞིང་འབྲོག་ཁུལ་དུ་སློབ་ཆུང་ཡན་ལ་བྱ་ཡིག་གི་སློབ་ཆོན་བཟོས་ཏེ་བྱུང་སྤྱོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྦྱོང་དུ་འཛུགས་པ་དང་། སློབ་མའི་བྱུང་སྦྱོང་ཡོ་ཆས་(དཔེ་དེབ་སོགས་)དང་ཟ་འབྲུང་སྐོར་གྱི་ཐ་སྐད་ཀྱང་བྱུང་སྤྱོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བོད་སྦྱོང་པ་ལས་བོད་རང་གི་སྐད་དང་ཡིག་སྦྱོང་བྱུང་སྦྱོང་ཞིང་། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་དུས་སུ་བོད་ཡིག་སྦྱང་བྱུང་གི་སྐབས་ཏ་ཅང་ཕ་མ་མ་ཟད། བོད་ཡིག་སྦྱང་ན་ཕྱིས་སུ་ལས་ཀ་མི་རིག་པ་འདྲ་དོན་དེས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན། དེར་བརྟེན་བོད་ཕྱག་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་སྤྱོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་མ་སྦྱང་རང་སྦྱང་དང་། རིམ་གྱིས་བོད་ཡིག་ལ་མི་དགའ་བ་དང་དོ་སྤང་མེད་པར་གྱུར་བ་དཔེར་ན། པམ་ཆེན་

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་(༡༩༤༥, ༡༠, ༩,) ཉིན་འཁྲུངས་ཡུལ་པུས་མདོའི་བོད་ཡིག་སློབ་འབྲིང་དུ་ཕྱེས་སྐབས་) “བོད་རིགས་ཡིན་ནའང་ཀུ་ཡིག་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་ལས་རང་གི་བོད་ཡིག་ལ་མི་དགའ་བ་དང་དེ་ལ་བསམ་འཆར་ཡོད་པ་རེད་” ཅེས་དང་། “བོད་ཡིག་བྲིད་ན་གོ་ཆོད་ཀྱི་མ་རེད། ཀུ་ཡིག་མི་བྲིད་པར་བོད་ཡིག་བྲིད་ན་དུས་ཆོད་ཆང་མ་འཁྲོ་བརྒྱུག་བཏང་བ་རེད་ཅེས་བསམ་འཆར་བཤད། དེ་བས་བྲིད་ཆོས་བྱིས་པར་མདུན་ལམ་མེད་ཀྱི་ཟེར་བའང་ཁག་མི་འདུག དེར་སྐབས་ཀུ་ཡིག་མ་ཤེས་ན་ལས་བྱེད་པར་འགྲོ་ས་མེད་པ་དང་། དཔོན་པོ་ཁྲར་མི་ཐུབ་” ཅེས་པའི་གསུངས་ཀྱིས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཕྱག་ལྷག་གི་སྡོན་དུ་བོད་ནང་ལའང་གསུང་སྐད་འདྲ་མིན་བསྒྲིན་མཁན་ཡོད་པ་གསལ་བོ་ཡིན།

ཞིང་འབྲོག་མི་དམངས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་བྱུང་མང་པོ་མཇུག་པ་མ་ཟད། འབྲུ་རིགས་དང་ཕྱགས་ཐོག་བཅོངས་ཏེ་སློབ་ཕྱག་གི་ལོ་རེའི་སློབ་ཡོན་དུ་སྤྱོད་དགོས་པས། བྱིས་སུ་ལས་ཀ་མ་རེག་ཆེ་འགྲོ་སོང་བཏང་སྟེ་དཀྱའ་ལས་བརྒྱབ་པ་ཐམས་ཅད་ངལ་བ་འབྲས་མེད་དུ་འགྱུར་བས་མ་ཕྱ་རྒྱལ་ལ་སེམས་བྱུང་ཅང་ཆེ། དེ་བས་པ་མ་ཆོས་སོ་སོའི་ཕུ་གུ་ལ་ཀུའི་སྐད་ཡིག་སྤྱང་དགོས་པའི་སྐུལ་མ་ཡང་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་སློབ་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱང་སྡོན་མ་ལས་སྤྱི་ཙུ་སོང་ཡོད་པ་ནི། རུབ་བྱང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སློབ་དཔོན་གྱི་མཆན་གནས་འཛིན་པ་མཁུལ་དབང་དོར་ཞི་མཆོག་གིས་“ལོ་རེ་བཞིན་བོད་ཡིག་གི་སློབ་གྲྭ་འབྲིང་རིམ་ནས་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོར་རྒྱགས་སྤྱོད་མཁན་ནང་ན་རྒྱགས་འབྲིང་མཁན་བརྒྱ་ཆའི་སུམ་ཙུ་ཡང་མི་ཡོང་ཞིང་། དེའི་ནང་ན་བོད་ཡིག་སྐར་མ་བརྒྱད་ཙུ་ཡན་ཆད་ཅན་ཆེས་ཉུང་བར་སྤྱང་ལ། རང་རེ་བོད་ཡིག་ཆན་ཁག་དུ་རྒྱགས་འབྲིད་པའི་ནང་ན་ཡང་། བོད་སྐད་ཡིག་གི་བཟང་ཞན་རིམ་པ་གསུམ་སྟེ་ན་སློབ་བྲིད་ཀྱི་རྩིས་ཆོད་པའི་སྐད་ཡིག་གི་ཡོན་ཆ་ད་ཅུང་ཟད་བཟང་ཤོས། སྤྱིར་བཏང་འཛིན་གྲུ་རེ་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཅམ་ལས་མེད་(འཛིན་གྲུ་རེར་མི་གྲངས་ ༣༠ རྣམས་ ༣༥ བར་ཡོད་) ། དེ་ལ་བརྒྱ་ཆ་བརྩིས་ན་བརྒྱ་ཆའི་བཅོ་ལྔ་ཡོང་མི་ཡོང་རེད་” ཅེས་གསུངས་པ་ལས་ཤེས་ཐུབ་ནའང་བཅན་ཕྱོད་ཀྱི་སློབ་མས་དེ་དག་གི་བོད་ཡིག་ཤེས་ཆད་དང་བསྐྱར་ཐབས་མེད། བཅན་ཕྱོད་སློབ་གྲུའི་ནང་གི་སློབ་ཕྱག་ལ་མཆོན་ན། སློབ་མའི་དུས་ཡུན་(སློབ་མཐར་མ་ཕྱིན་བར་) སྐུལ་ཆེར་སློབ་གྲུའི་ནང་སྟེལ་གྱིན་ཡོད་པས། དེའི་སྤྱོད་ཡོན་གཉིས་ཀ་སློབ་གྲུའི་འཛིན་སྤྱོད་དང་དགེ་ཆན། བྱིས་ཆང་མ་ཆབ་བཅས་ལ་རག་ལས་ཡོད་པས་དེའི་བོད་ཡིག་གི་ཤེས་ཆད་བོད་ནང་དང་བསྐྱར་ཐབས་མེད་པ་ནི་སློབ་གསོའི་འཛིན་སྤྱོད་དང་། སློབ་ཆན་གྱི་སྒྲིག་གཞི། དགེ་ཆན་གྱི་ཤེས་ཆད། སློབ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཐབས་སོགས་ཀྱི་རྣམས་པས་མ་འདང་བར་སྦྱུལ། དེ་བས་གསལ་དུ་འདོའི་ཐད་ལ་དོན་གནད་འགའ་ཞིག་རང་གི་བསམ་ཚུལ་དང་སྤྱོད་ཆོར་རྣམས་སྡོ་ཆན་བཞི་དུ་དབྱེ་སྟེ་རོལ་ཅམ་བཤད་པར་བྱའོ།

དང་པོ། སློབ་གསོའི་འཛིན་སྤྱོད་གི་སྐོར།

སྤྱིར་འཛིན་སྤྱོད་ཞེས་པ་ནི་མི་སྣ་འགའ་ཞིག་ལས་གྲུབ་པའི་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེའི་འཛིན་སྤྱོད་གི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་ཡང་ཆོགས་གཙོས་ཁྲར་གྱི་ཡོད། སློབ་གྲྭ་ཞིག་ལ་མཆོན་ནའང་དེའི་འཛིན་སྤྱོད་གི་ལས་འགན་གཙོ་བོ་སློབ་སྤྱིས་ཁྲར་ཡོད་སྐབས། སློབ་གྲྭ་དེའི་སྤྱིའི་སྒྲིག་གཞི་དང་། དགེ་སློབ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་སྤྱོད་ཁ་སྤྱོད་གས། གོ་རྟོགས་མཐོ་དམན་ཡང་སློབ་གྲྭ་དེའི་སློབ་སྤྱིའི་སློབ་གསོས་རྣམས་པ་ཐོན་མིན་ལ་རག་ལས་ཡོད། སློབ་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་ཆེ་སློབ་གསོའི་ཁ་སྤྱོད་སྟོན་པ་ལ་མཁུལ་ཤིང་། སྤྱོད་ཡོན་

གཉིས་ལྟར་དང་ལྟག་བསམ་ཟོལ་མེད་ཀྱི་ཤེས་ལྟར་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཏེ། སྣན་གྲགས་ཅན་གྱི་སློབ་གསོ་བ་སུ་ཉེ་མྱུ་ལེན་སེའི་ཡིས་“སུས་སློབ་བྲིད་དང་སློབ་གསོའི་བརྒྱུད་རིམ་ལ་འགོ་བྲིད་ལེགས་པར་བྱེད་འདོད་ན། དེའི་སློབ་བྲིད་དང་སློབ་གསོ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་ཐབས་ཚུལ། རྒྱ་ཚུལ་བཅས་བྱང་ཆུབ་དགོས་” ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་སློབ་གསོའི་ལས་རིགས་ལ་བྱང་ཆུབ་པའི་སྡེ་རྣམས་སློབ་བྲིད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལ་མཁས་ཤིང་། སློབ་བྲིད་གནང་བུ་པ་དང་། དགོ་ཆུན་གྱིས་སློབ་གསོས་མ་འདང་སར་ཁ་གསལ། རྒྱ་དུ་དགོ་སློབ་རྣམས་དང་འབྲེལ་འདྲིས་བྱས་ནས། དགོ་ཆུན་གྱིས་སློབ་བྲིད་བྱེད་སྒྲུངས་དང་སློབ་མའི་ཤེས་ཚད་ལ་ཉམས་ཞིབ་གནང་སྟེ་ཤེས་ཉེགས་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད། དགོ་སློབ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དང་བསྐྱེད་པ་བྱུ་ལེན་བྱས་ཏེ་ལེགས་ཉེས་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱིས་བཟང་པོར་གཟེངས་བསྟོད་དང་། རན་པ་སུན་འབྲིན་བྱེད་མཁས་ཀྱིས་སློབ་གསོའི་ལམ་སྟོན་གནང་བྱ་ལས། དགོ་སློབ་རྣམས་དང་གཏན་ནས་མ་འདྲིས་པར་མཆོམས་པ་བཞིན་ཡིག་ཆ་རྒྱག་ལ་འཇུག་པ་བསྟན་པ་ཅམ་གྱིས་སློབ་གྲུའི་ལས་སྟོ་ཆགས་ཆུད་འགྲོ་མི་བུ། སློབ་སྒྲིག་ཁ་གསུངས་སློབ་མ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་(སློབ་གྲྲ་ག་གེ་མོར་ལོ་བྱེད་ཅམ་བསྟན་ཀྱང་སློབ་སྒྲིག་སུ་ཡིན་མི་ཤེས་པའི་སློབ་མའང་ཡོད་) པར་མ་ཟད། དགོ་ཆུན་ཆོས་ཀྱང་རྒྱ་བ་གཅིག་ནས་གཉིས་ཅམ་ལ་ཞལ་མཇུག་མ་རིག་ཟེར་མཁན་ཡང་ཡོད། དེ་ནི་དཔེར་ན་“ཉི་མར་བཅར་ན་སྒྲིབ་ཏང་དང་རིང་སར་བཅར་ན་ཟེལ་གྲགས་ཆེ་” ཞེས་པ་འདི་གདམས་ངག་ཏུ་བཟུང་བ་ཡིན་ནའང་། དེ་ནི་མོར་འབྲལ་ཅན་གྱི་བསམ་སྟོ་ཞིག་ཡིན། གལ་སྲིད་རྒྱས་མཐུ་ཆེ་བའི་བླ་མ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་“བླ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་ཆུང་ནས་ཆེ་” ཞེས་པ་བཞིན། དགོ་སློབ་རྣམས་ཀྱི་སློབ་གསོའི་ཡར་རྒྱས་ལ་ཕན་སྲིད་ཀྱི། དེ་མིན་ཡིག་ཆ་རྒྱག་ལ་འཇུག་ཏེ་དགོ་སློབ་རྣམས་ཀྱི་མཐོང་སར་མ་ཡོང་བ་དེས་སློབ་གྲུའི་སྒྲིག་གཞི་ཆགས་ཆུད་དང་སློབ་གསོ་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བར་ཕན་པ་ལས་འབྲས་ཤོར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཁོ་ན་ཡིན། འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲིག་འཇུགས་དམ་འཛིན་བྱེད་པ་ལས་ཤེས་ཡོན་སྟོད་ཐབས་མི་བྱེད་པ་དེས་སློབ་གྲུའི་དམིགས་ཡུལ་དང་དགོས་དོན་འགྲུབ་ཀྱི་ཨེ་ཡོད་སྟུང་།

མི་དམངས་ལ་འགོ་བྲིད་བྱེད་འདོད་ན་ལྟག་བསམ་ཟོལ་མེད་ཀྱིས་ཞབས་འདེགས་ལུ་བྱང་དགོས་ལ། ཞབས་འདེགས་ལུ་བར་སྒྲིག་ཆོག་ཤིག་གི་ནང་དུ་དངོས་སུ་མ་ཞུགས་པར་ཞབས་འདེགས་ལུ་ཐབས་བྲལ། འཇམ་རྒྱུང་སྡེ་གི་མོ་སྟེ་གཟེངས་དགས་ཐོབ་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲིག་ཆོག་ཤིག་ཞབས་ལུ་བྱས་ཏེ་མི་རྣམས་ཀྱིས་གུས་བཙེ་བྱེད་པའི་སྣན་གྲགས་ཅན་དུ་གྱུར་བ་ལས། ཁང་བའི་ནང་འཇུག་པ་བསྟན་དེ་གྱུར་བ་མིན་པ་ང་ཆོས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ཡིན།

དེ་མིན་སློབ་གྲུའི་དགོ་ཆུན་གྱི་སློབ་གསོ་གཅིག་ཤུས་ཆོག་ཤེས་མི་འཛིན་པར་སློབ་གསོའི་མཁས་དབང་གདན་འདྲན་ལུས་ཏེ་སློབ་གསོ་གསར་བའི་ལམ་སྟོན་དང་ཉམས་སྟོང་བཞེ་རེས་བྱས་ནས་ཤེས་ཡོན་ཅན་གྱི་མི་སྣ་སྒྲིད་སྲིད་བྱེད་རྒྱ་ནི་སློབ་སྒྲིའི་ལས་འགན་དང་། སློབ་གྲུའི་དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ། དགོ་ཆུན་གྱི་སྒྲིག་པ།

མཁས་དབང་དམ་པ་དུང་དཀར་སློབ་ཟུང་འབྲིན་ལས་མཆོག་གིས་“དགོ་ཆུན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོ་གསུམ་ཉེས་སྟོད་ལས་སྟོག་ཅིང་། ལ་རབས་དགོ་བའི་སྟོགས་ལ་སྟོར་མཁས་པ་དང་། རང་ཉིད་ལས་ཡོན་ཏན་གྱི་སྟོ་ནས་ཆུན་པ་ཡིན་པའི་དབང་གིས་དགོ་ཆུན་”

ཞེས་གསུངས་ལ། གཞན་པས་ཀྱང་“དགེ་ཆེན་ནི་སྒྲོབ་མའི་སེམས་ཁམས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་མཁན་དང་མའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་
སྒྲོའི་བཅོ་བཀོད་པ་ཡིན་”ཞེས་བསྒྲགས་བཞིན་ཡོད། དགེ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཆེ་སྒྲོབ་མར་སྒྲོབ་ཆེན་དེ་སྒྲོད་བྱེད་ཐུབ་ཅམ་གྱིས་མི་
ཆོག་པར་རང་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་དེའི་ཁ་སྒྲུགས་གང་འཆོམ་ཞིག་ཤེས་དགོས་པ་མ་ཟད། དེ་ལ་གཞན་དང་སྦྲེད་དོར་
གྱིས་སྒྲོ་ནས་སྒྲོབ་མའི་བསམ་སྒྲོའི་སྒྲེ་འབྲིད་མཁན་དང་། ལྷག་བསམ་དང་སྒྲོད་ཡོན་གཉིས་ཀྱི་ཐད་ནས་སྒྲོབ་མས་མིག་དཔེར་
བརྟེས་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་ཡགོང་ས་མཆོག་གིས་“དགེ་ཆེན་གྱི་ངོས་ནས་ཐུག་ཆོར་སྒྲོབ་ཆེན་དེ་སྒྲོད་བྱེད་པ་ཅམ་
མ་ཡིན་པར། ཐུག་གི་བསམ་སྒྲོའི་ངོས་ལ་ལྷག་བསམ་དང་བྱམས་བརྩེ་ལྟ་པའི་སྒྲོ་ནས་ལྷག་བསམ་ཟེར་བ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་
པ་དགེ་ཆེན་གྱི་ཐོག་ནས་ཐུག་ལ་ངོ་སྒྲོད་དགོས་པ་འདི་གི་ཉུག་ལ་ཆེན་པོ་འདུག་”ཅེས་དང་། ཡང་“བོད་ཐུག་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོད་
སྒྲོད་པའི་སྐབས་སུ། ལྷག་བསམ་ཅན་གྱི་བོད་པ་ཞིག་དགོས། སོ་སོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་ལེན་ཐོག་ནས་ལྷག་བསམ་གྱི་རྣམ་དཔྱད་
དང་། ལྷག་བསམ་གྱི་རྣམ་འགྲུར་མིག་དཔེ་བརྟེས་ཏེ། ཐུག་ཆོར་གོ་བདེ་སྒྲོད་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་འདུག དེ་ནི་གི་ཉུག་ལ་ཆེན་
པོ་རེད་”ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལས་ཐོག་ཆེ་སྒྲོབ་མར་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་སྒྲོབ་སྒྲོད་སྒྲོད་རྒྱ་པར་བཞག་ མི་
རིགས་དང་རིག་གཞུང་ལ་ཁ་གཏོང་མཁན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་སྲིད་པས། དགེ་ཆེན་གྱིས་སྒྲོབ་གསོའི་ཁ་སྒྲུགས་མ་ཞོར་བར་སྒྲོན་དགོས་
པ་གལ་ཆེན་ལོ།

དེར་སྐབས་མི་རྣམས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོའི་འཕེལ་རིམ་ཏ་ཅང་མཁྱོགས་པའི་དུས་འདིར། བསམ་མེད་ཀྱི་དགེ་ཆེན་འགས་སྒྲོབ་བྲིད་
ཀྱི་སྐབས་སུ། བོད་ཡིག་ནི་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུ་རྒྱུ་འདིའི་ནང་མ་གཏོགས་འཛམ་གླིང་ནང་ཕེད་སྒྲོད་ཅི་ཡང་མེད་པས། དེ་
བས་དབྱིན་ཇིར་ཤུགས་བརྒྱབ་ན་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་སྐད་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་གང་སར་བཀོལ་ཆོག་པའི་དགེ་མཆོན་ཏ་ཅང་ཆེ་ཆུ་ལ་གྱི་
སྒྲོབ་གསོ་སྒྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི། ཁོང་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་ངོར་བོད་པའི་རིག་གཞུང་གི་བག་ཆགས་སྐབ་པ་དང་། བོད་པའི་རིག་གཞུང་ལ་
གཙོ་བོར་ལའ་ཞེན་མེད་པའི་རང་མཆོང་ཕྱི་རུ་བརྟན་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་སྙམ། བོད་ནང་ལའང་འདི་ལྟ་བུའི་བསམ་ཆུ་དང་
སྒྲོབ་གསོ་རྒྱལ་མཁན་བྱུང་བས། པར་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་“བྲོད་ཆོས་ང་ཆོ་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་མདུན་ལམ་འདི་ལའང་
བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ཨ་བཏང་། རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རང་རང་གི་སྐད་ཡིག་ཅིག་སྦྱང་མི་དགོས་ཟེར་ན་འདད་ཞིག་ཚུ་བས་”
ཅེས་དང་། “ད་འདིར་ངས་བྲོད་ཆོ་ལའང་དང་པོ་བཤད་རྒྱ་ནི་བོད་ཡིག་སྦྱང་རྒྱ་འདི་ཡང་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་འོས་འགན་ཞིག་
ཡིན་པས། ཕན་ཐོག་རུང་མ་ཐོག་རུང་ཅི་ནས་ཀྱང་བོད་ཡིག་སྦྱང་དགོས་”ཞེས་གསུངས་པ་སྟེར་རོ།

གཉན་འཕྲང་ཅན་གྱི་དུས་འདིར་ང་ཆོར་དགོས་པ་ནི་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་ལ་གཙོ་བོར་འདོར་མི་ཐུབ་པའི་དུངས་ཞེན།
སྒྲོབ་ཐུག་ལ་བྱམས་བརྩེའི་སྒྲོས་རང་གི་གང་ཤེས་པ་རྣམས་སྒྲོབ་མར་སྒྲོད་འདོད་ཡོད་ཅིང་། མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཆེད་
དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡོད་ཆོད་སྒྲོས་གཏོང་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ད་གཟོད་འོས་ཤིང་འཆོམ་པའི་དགེ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་ཅིས་ཆོག

༡༥ སྒྲོབ་བྲིད་ཀྱི་འཆར་འགོད་དགོས་པ།

དགེ་ཆེན་གྱིས་སྒྲོབ་ཆེན་གང་ཞིག་བྲིད་པར་འཆར་འགོད་ངེས་པར་དགོས་པ་ཡིན། ལོ་རེའི་སྒྲོབ་དེབ་དེ་སྒྲོབ་སྐབས་རེ་དང་

ཐ་མ། གཟའ་འཁོར་དང་ཉིན་མ་རེར་བགོ་འགྲེམ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད། ཏུས་ཆོད་སྐར་མར་བགོས་ཏེ་འབྲས་ཆང་བའི་སློབ་
 བྱེད་བྱེད་རྒྱ་མིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ། དགེ་ཆན་འགའ་ཤས་ཀྱིས་བྲིད་གཞིའི་སློབ་ཆན་འཆར་འགོད་ཅི་ཡང་མེད་པར་འདིན་ཁང་ནང་ཏུ་
 ཐུབས་མ་ཐག་སློབ་ཆན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་རང་གིས་སྤར་བྱས་སྒྲིང་སྒྲིང་ལས་རིང་བཞིག་ཉིན་རྒྱུན་བཤད་ནས་སློབ་མར་ཉོབ་སྤར་
 རྩ་རུ་འདུག་ལ། རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ་ཐུན་ཆོག་ཤས་དང་ཅེད་མོར་གཡེང་ཆེད་ནང་སྒྲིང་མི་སྒྲུལ་བ་དང་། སློབ་མའི་དྲི་བར་སྤར་རྒྱུང་
 བྱེད་གསོད་དང་སྐབས་བབ་ཀྱི་སློབ་ཆན་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འགྲེལ་མ་ཆགས་ཀྱང་དྲི་བ་བཀོད་ཆོ་སློབ་མར་རྒྱུང་སྟོན་མཁན་གྱི་དགེ་
 ཁན་ཡང་མི་ཉུང་བཞིག་ཡོད་པ་མིག་མཐོང་ལག་བྱེད་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་དགེ་ཆན་གྱིས་བྱ་བུ་ལ་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་སྟོན་ཁག་འཆར་
 འགོད་ཀྱི་ཐུག་གཞིའི་ཟིན་ཐོ་མེད་པར་སློབ་ཆན་གྱི་དོ་གཤིས་ཅམ་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་བརྗོད་པ་ལས་
 སློབ་བྲིད་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ཆང་མེད་པའི་སློབ་གསོ་རིག་པར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། སློབ་མར་སློབ་སྒྲིང་ཡག་པོ་སྟོན་རྒྱུའི་ལྷག་
 ལས་མ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཆོ་ལས་ཤག་ནས་ཡོད་ཏུས་ནས་སློབ་ཆན་གྱི་ས་བཅད་དབྱེ་སྟེ། ས་བཅད་རེ་རེའི་བརྗོད་དོན་དང་།
 ལུང་དོན་སྟིང་། མིང་ཆོག་གཤམ་ཆེའི་རིགས་ལ་ཆོག་འགྲེལ། སློབ་མའི་ནང་སྒྲིང་སྐོར་ལ་ཟིན་ཐོ་བཀོད་དེ་སློབ་ཆན་གྱི་སྟིང་དོན་
 རང་སྒྲུར་ངེས་པ་དང་། ཡང་ན་ཟིན་ཐོར་བཀོད་དེ་འདིན་ཁང་ནང་ཏུ་ཡོད་ཏུས་ནས་སློབ་ཆན་གྱི་སྟིང་དོན་ངེས་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་གཤོད་
 མཁར་པོ་ཆགས་མ་དགོས་པར་སློབ་སློབ་དང་གདེང་ཆོད་ཡོད་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་བཤད་ཆོག་པའི་ཐུབས་ལ་འབད་དགོས།

༡༥. སྤྱད་ཆར་སྒྱུ་ཅལ་ལྡན་དགོས།

སྤྱད་ཆ་ནི་མིའི་བསམ་ཚུལ་བརྗོད་པེ་རེས་བྱེད་རྒྱུ་གྱི་ཟམ་པ་དང་། བན་རྒྱུན་འབྲེལ་གཏུག་བྱེད་པའི་ལག་ཆ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་
 ལས་དགེ་ཆན་གྱི་སྤྱད་ཆར་སློབ་མ་དང་བསམ་ཚུལ་བརྗོད་པེ་རེས་བྱེད་པའི་སྒྱུ་ཅལ་ལྡན་དགོས། དགེ་ཆན་གྱིས་སློབ་བྲིད་བྱེད་སྐབས་
 ཤད་གདངས་རན་པ་དང་། སྤྱད་ཆ་ཅིང་ཆོག་གསལ་བ། མཁྱོགས་ཆད་རན་པ། ཡུལ་ལུང་ཁྲག་ཀྱི་གཞི་སྤྱད་སྤང་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་
 རྩ་སྤྱད་(ཡིག་སྤྱད)བཤད་རྒྱུར་འབད་དགོས་པ་དང་། དབྱིན་རྒྱུའི་སྤྱད་ཡིག་སྟོན་དང་འདྲེས་མར་མི་སྒྲུབ། ཁྲུང་གསོད་
 རང་ཟུར་ཟེའི་ཆོག་གིས་མ་སྟགས་པ་སྟགས་ཀྱི་ཁྲུང་ཆོས་ལྡན་ཆོ། སློབ་མས་ཀྱང་དགེ་ཆན་ལ་དགའ་ཞེན་དང་བཅི་བཀྱར་བྱེད་
 པ་དང་། སློབ་ཆན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སློབ་སྒྲིང་ལ་སློབ་བྱེད་ངེས་ཡིན་ལ། ཚོམ་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་ལའང་བག་ཆགས་ཟབ་མོ་
 གཤམ་འཛོག་པར་གདོན་མི་ཟེའོ།

༡༦. སློབ་བྱུག་གི་ཤེས་ཆད་ལ་རྒྱས་ལོན་དགོས།

དགེ་ཆན་གྱིས་སློབ་མའི་ཤེས་ཆད་རྒྱས་ལོན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ནི་ཅང་གཤམ་ཆེན་པོ་ཡིན། སློབ་མའི་ཤེས་ཆད་རྒྱས་ལོན་གྱིས་དེ་དང་
 ཆམས་པའི་སློབ་བྲིད་བྱས་ན་སློབ་མར་གྲུབ་འབྲས་ཐོན་ངེས་ཡིན་པས། སློབ་མའི་ཤེས་ཆད་རྒྱས་ལོན་བྱེད་པར་ནང་སྒྲིང་སྟོན་
 ཞི་ཐུབས་ལམ་ཡག་ཤོས་དེ་ཡིན། དགེ་ཆན་གྱིས་གང་བྲིད་པའི་སློབ་ཆན་ལ་སློབ་མའི་ངོས་ནས་བསམ་ཚུལ་གནད་བརྟུན་དང་།
 མིན་ནང་སྒྲིང་འོས་འཆམ་རེ་ཉིན་ལྟར་འབྲུ་བཅུག་སྟེ། དགེ་ཆན་གྱིས་བཟོ་བཅོས་བྱས་ནས། ཞོར་བ་རྣམས་སློབ་མར་ཡང་
 རྒྱུར་གཙང་བཤུས་བྱེད་ཏུ་བཅུག་ན། སློབ་མའི་ཡིད་ལ་བརྟན་པོ་ཞིག་ངེས་པ་མ་ཟད་གནས་ཆད་ཀྱང་རྒྱས་ལོན་བྱེད་ཐུབ། སློབ་
 ལས་ཉིན་ལྟར་བྲིས་པའི་ནང་སྒྲིང་གི་བཟང་ངན་དང་གཙང་དག་ལ་དཔགས་པའི་སྐར་གྲངས་སྟོན་པ་དང་། ནང་སྒྲིང་དུས་ཐོག་

ཤེད་པར་གཅིགས་འདོན་ནན་མོ་ཤེད་དགོས་པ་མ་ཟད། ཚོད་ལྗེའི་ཡིག་རྒྱུགས་ཡང་ཡང་སྒྲངས་ཏེ་འགྲན་བསྐྱར་གྱི་ནམ་པ་བཏོད་
ན་སྤོང་རུས་བསྐྱེད་དེ་བཙོན་འགྲུས་ཤེད་པར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་དང་། ཤེས་ཚད་དམན་པའི་སྒྲོབ་མའི་རིགས་ལ་སེམས་གསོ་དང་
དམིགས་བསལ་སྒྲོབ་གསོ་ཤེད་པ་ལས་ཁྱད་གསོད་དང་མངོན་མཛང་འདྲི་བ་སོགས་གཏན་ནས་ཤེད་མི་རུང་སྟེ། རྩ་རན་མའི་སྒྲོབ་
གསོ་རིག་པ་བ་ཀྱུ་པེར་གྱིས་“བྱིས་པར་སྒྲོན་བཞོད་ཤེད་པ་ལས་བྱིས་པར་མིག་དཔེ་བསྐྱན་ན་ལེགས་”ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་
ནོ། །གལ་ཏེ་ཁྱད་གསོད་བྱས་ཆེ་སྒྲོབ་མའི་སེམས་ལྷགས་ཆག་སྟེ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོབ་སྒྲོང་གི་གོ་སྐབས་འདྲར་རྒྱུའི་བསམ་སྒྲོ་ཡང་
གཏོང་སྟེད་པས། སྒྲོབ་མའི་སེམས་ཁམས་ལ་ཤོག་ཐུག་མ་བཏང་བར་གཙང་དང་དགའ་ཞེན་ཆེ་བའི་རང་ནས་སྒྲོབ་ཐུག་བྱེད་ས་དང་
འདྲ་མཉམ་གྱི་བཏུ་སྒྲུངས་བཟུང་ནས་རྒྱ་དུ་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་གི་ཁྱད་ཆོས་དང་དགེ་མཚན། འབྲུང་འགྱུར་གྱི་ཕན་འབྲས་
གང་ཡོད། རྩོན་བྱོན་མཁས་པའི་མངོད་རྗེས་དང་སྒྲོང་ལ་བསྒྲོན་སྒྲུངས་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་སྒྲོབ་མའི་སྒྲོབ་གསོ་གང་མང་གིས་
སྒྲོབ་ཐུག་གི་སྒོ་ཁ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱོགས་སུ་འགྲག་ཐབས་ཤེད་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ།

དགེ་ཆན་འགའ་ཤས་ཀྱིས་སྒྲོབ་མར་ནམ་དཔེའི་གོ་དོན་དང་དཔེར་བཞོད་ཁ་གསལ་སྒྲོར་འདོན་དུ་འདུག་པ་ལས་འགྲེལ་བཤད་
ལེགས་པོ་མ་བྱས་སྐབས། སྒྲོབ་མའི་སྒྲོར་བཟུང་བ་དེ་དང་མ་མཐུན་པ་བྱུང་ཆེ་མི་ཤེས་པའི་སྒྲོན་གནད་ཅིག་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་
ནི་རྒྱག་བསམ་དང་གཙང་མེད་པའི་དན་རྟགས་ཤིག་ཡིན་སྟེ། སྒྲོབ་བྱིད་ཤེད་པ་དེ་ཁྲལ་ལྟ་བུར་མ་སེམས་པར་ཐུག་ཤིང་མཐུན་ལམ་
བསམ་དགོས་པ་ནི་ཡགོང་ས་མཚོག་གིས་“ཐུག་ཚར་སྒྲོབ་ཚན་གང་བསྐབས་པ་ཚང་མ་གཙོ་བོ་གནས་སྒྲོབ་དགོས། བྱིད་རང་
ཆོས་ཐུག་རེ་རེའི་མ་འོངས་པའི་མི་ཆེ་གང་པོའི་མཐུན་ལམ་གྱི་དོན་དག་ལ་སེམས་ཁུར་སྒྲངས་ནས་བསྐབས་པ་ཡིན་ན། ཐུག་
ཆོའི་ཆ་ནས་ཀྱང་དགེ་ཆན་ལ་རང་ལྷགས་ཀྱིས་གསུང་བཅི་ཤེད་པའི་བོག་ནས་སྒྲོབ་ཚན་གང་བསྐབས་དང་། བསྐབས་བྱ་བཟུབ་པ་
ནམས་སེམས་ལ་འདགས་ཡོང་གི་རེད། དགེ་ཆན་གྱིས་འདོན་གྲར་སྒྲོབ་དགོས་པ་དེ་ཁྲལ་གྱི་བཟོ་འདྲའི་ཞིག་བསྐབས་པ་ཡིན་ན།
སྒྲོབ་ཐུག་ཆོའི་བསམ་སྒྲོའི་ནང་ལའང་ཁྲལ་གྱི་འདུ་ཤེས་སྒྲོབས་པ་མ་གཏོགས། བསྐབས་པ་ནམས་སེམས་གཏིང་ལ་འདགས་ཐུབ་
པ་ཁག་པོ་ཡིན་”ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རྒྱག་བསམ་དང་གཙང་དགོས་པ་ནི་གལ་བོ་ཆེ་ལ་ནན་དན་དུ་ཁྱུས་པ་ཡིན་ནོ། །

༩། སྒྲོབ་ཐུན་གྱི་དུས་ཚོད་དམ་འདོན་ཤེད་དགོས།

སྒྲོབ་ཐུན་རེར་དུས་ཚོད་སྐར་མ་ཞེ་རྩ་ནས་རྩ་བཅུ་ལས་མེད་པས་དུས་ཚོད་དེ་ནི་ཏ་ཅང་གི་རིན་ཐང་ཆེ་བཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་
དགེ་ཆན་འགའ་ཤས་དུས་ཚོད་སྐར་མ་རྩ་ནས་བཅུའི་རྗེས་ལ་མ་གཏོགས་འདོན་ཁང་དུ་མི་སྒྲོབས་པ་དང་། སྒྲོབས་ཀྱང་འབྲས་
ཚང་བའི་སྒྲོན་སྒྲོབ་བྱིད་མི་ཤེད་པར། སྒྲོབ་ཚན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཆོག་ཉོག་གིས་སྒྲོབ་ཐུན་གྱི་ལ་བརྟུགས་ཀྱང་མ་གོ་བཞིན་
དུ་སྒྲོབ་ཐུན་རྗེས་མའི་སྐར་མ་རྩ་ནས་བཅུ་པེད་སྟེད་བྱས་ཏེ་རྗེས་མའི་དགེ་ཆན་གྱི་སྒྲོབ་བྱིད་ལ་གཞོད་སྟེལ་བ། འདོན་གྱ་དུས་ཚོད་
རྩར་མ་ཆོགས་པ་དང་ཆོགས་ཀྱང་དུས་ཐོག་དུ་མ་གྱི་ལ་བར་སྒྲོབ་མའི་བར་གསེང་གི་དུས་ཚོད་ལ་སྒྲོབ་བྱིད་ཤེད་པ་ནི་རྩང་རྒྱག་
འཐེན་ནས་སྒྲེས་རོགས་ཤེད་པའི་དཔེ་རྩར་ཕན་ཐོགས་པ་ལས་སྒྲོབ་ཐུག་ལ་ཐུན་སྒྲུང་སྟེར་སྟེད། བར་གསེང་གི་སྐབས་ཁྲག་ཅའི་
སྒོ་མ་རྒྱག་འབྲུག་པ་དང་། རིག་པ་དང་ལུས་སྒྲོབས་ཀྱང་ཉམས་ཡོད་པ་སྐར་གསོ་བྱས་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོད་འདོན་རྒྱས་པ་ལེགས་་
རྒྱག་ཤེད་ཆེད་ཡིན་པས་བར་གསེང་གི་ངལ་གསོའི་དུས་ཚོད་ངེས་པར་སྟོད་དགོས། དགེ་ཆན་འགས་ནང་སྒྲོང་བཟོ་བཙོན་གྱི་དུས་

ཆོད་ཟུར་དུ་མི་འདོན་པར་སློབ་ཆེན་གྱི་དུས་ཆོད་པོད་སྒྱུད་པ་ནི་ནོར་འབྲུལ་གྱི་ཤེད་སྒྲུབ་སྤྱི་གཞི་ཡིན། སྐར་མ་ཞེ་ལྔའི་རིང་ལ་ཆོག་ཉུང་དོན་གསལ་གྱིས་སློབ་བྱིད་ཤེད་པ་དང་། དེ་བར་ལན་འདེབས་པ། རང་སློབ་སྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཆར་དགོས་ཀྱི་ལས་སློབ་ཐུན་རྒྱུ་མའི་དུས་ཆོད་པོད་སྒྱུད་ན་སློབ་བྱིད་སྒྲིག་གཞི་དང་དགེ་ཆེན་རྒྱུ་མའི་འཆར་གཞི་དཀྱིལ་པས་དམ་འདོན་ཤེད་པ་གལ་ཆེད།

གསུམ་པ། སྐར་མའི་སློབ་གསོའི་ཁ་ཕྱོགས།

དེར་སྐབས་བོད་པའི་སྤྱི་ཆོག་སྐར་དུ་དཔལ་འབྱོར་ཆེན་པོ་ཡོད་མཁན་ཆོས་རང་གི་ཕུ་གུ་ཤེ་རྒྱལ་གྱི་སློབ་གྲར་བསྐྱལ་བ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ཕུ་གུ་འགྲོ་སྐབས་མེད་པའི་བོད་པའི་སློབ་གྲུ་(ཕུ་གསོ་ཁང་ལྟ་བུ) རུ་བསྐྱལ་གྱི་ཤེད་ཡིག་སྒྲུབ་ན་ཆོ་མེད་པ་དང་དབྱེན་རི་སྒྲུབ་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱི་ཡིག་པའི་སློབ་གསོ་སྒྱུད་མཁན་གྱི་པ་མ་འདོན་པོའང་མང་དུ་ཡོད། མི་དེའི་རིགས་གྱིས་ཕུ་གུ་ཤེ་རྒྱལ་སློབ་གྲར་བསྐྱལ་བ་འདོན་ཐང་དང་། ཕུ་གུ་ལ་མདུན་ལམ་བཟང་པོ་ཞིག་བཅོས་ཡོད་པར་བསམས་གྱི་ཕུ་གུའི་སེམས་ལ་ནམ་ཡང་སོས་མི་ཐུབ་པའི་མ་ཁ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཡོད་པ་ནི། དཔེར་ན། ཉེ་སྔོན་སྤྱད་སེ་ནས་ཡོང་བའི་བོད་ཕུག་ཅིག་གིས་(བོད་ཡིག་དང་བོད་སྐད་མི་ཤེས་) གྱིང་“ང་རང་བོད་པའི་ཕུ་གུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་བོད་ཡིག་དང་བོད་སྐད་མི་ཤེས་པ་ནི་པ་མས་ལན་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མིན། གལ་སྲིད་ངའང་རྒྱུ་དུས་ནས་བོད་པའི་སློབ་གྲུ་ཞིག་ཏུ་བཏང་ཡོད་ན་ངས་བོད་པའི་རིག་གཞུང་གཏོང་བའི་མི་ཤེས་རུང་། གཞི་ཡིག་དོ་ཆོད་དེས་ཡིན་”ཞེས་འཁུར་ར་དང་བཅས་བཤད་པ་དང་། ཡང་ཁོང་གིས་“ང་རང་བོད་པའི་ཐོག་གསལ་པོ་ནམས་དང་འཕྲད་ཆེ་དོ་ཆེ་དང་དོགས་མི་བདེ་བ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག ཡིན་ནའང་མ་འོངས་པར་བོད་ཀྱི་སྐད་དང་ཡི་གེ་སྒྲིང་རྒྱུ་འདུན་པ་ཏ་ཅང་ཆེ་”ཞེས་བོད་རང་གི་སྐད་ཡིག་སྒྲིང་རྒྱུ་འདུན་གྱི་སྐབས་མ་རིག་པར་འགྱོད་སེམས་དང་ཕྱིས་སུ་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲིང་རྒྱུ་འདུན་པ་ཤུགས་ཆེན་ཡོད་པ་འདིས་སྐར་པ་མས་འདོན་ཐང་དུ་བསམས་པའི་ལམ་སྟོན་ནོར་འདུག་པ་གསལ་བོ་ཡིན་ལ། ཉེ་སྔོན་སྤྱི་ཆོག་སྐར་མེ་ཡོང་ཆོག་སྤྱི་གཞི་སྒྲིང་དུ་འདུག་སྐད་ཐོག་གི་ཕུ་མོ་ཞིག་གིས་གྱིང་གོང་དང་མཆུངས་པར་བཤད་ཡོད་པས་མཆོན། ཕྱིས་སུ་པ་མ་ནམས་གྱིས་འདི་འདྲའི་ལམ་སྟོན་མི་གནང་བར་འབོད་སྐུལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་། སློབ་གྲུའི་བྱིས་ཆར་གི་མ་ཆབ་ནམས་གྱིས་གྱིང་ཕུ་གྲུར་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་ལ་གཞན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ལ་རབས་སྒྱུད་བཟང་གི་མིག་དཔེ་བསྟན་ཏེ་སློབ་གསོའི་ལམ་སྟོན་གནང་དགོས།

བཞི་པ། སློབ་ཕུག་གི་གཟབ་ནན་ཤེད་དགོས་པའི་སྐོར།

སློབ་ཕུག་ནི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་རིག་གཞུང་གི་བདག་པོ་ཡིན་ལ་སློབ་གྲུ་ནི་སྒྱུད་ཡོན་གཉིས་ལྡན་གྱི་ཕུ་གུ་སྒྱུད་སྒྱིང་ཤེད་སའི་བྱིས་ཆར་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་བས་ང་ཆོས་སློབ་གྲུ་ནས་ཐོན་ཡོང་བའི་ཕུ་གུ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་རང་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཤེས་པ་དང་དེ་ལ་གཞན་ཡོད་མཁན་གྱི་སྒྱུད་བཟང་ཤེས་ཡོན་ཅན་ཞིག་ཏུ་ངོས་འདོན་ཤེད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་དེར་གི་སློབ་ཕུག་མང་པོ་(བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀ) ཞིག་གིས་སྐད་ཡིག་གཞན་ལ་སློབ་སྒྱུད་ཤེད་པ་ལས་བོད་རང་གི་རིག་གཞུང་ལ་དོ་སྣང་ཆེར་མི་ཤེད་པའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད། གལ་ཏེ་མི་རིགས་ལ་གཞན་ཆེ་བའི་བསམ་སྒྲིག་ཡོན་ན་རང་གི་སྐད་ཡིག་མ་ཤེས་པར་ཕན་ཐོགས་དཀའ་ཞིང་། མི་རིགས་ལ་ཕན་པ་གཞན་ཅིག་ཤེད་སྐུལ་ན་རང་གི་དོ་བོ་སྒྱུད་སྒྱུད་དང་པ་རོལ་གྱི་ལོགས་ཆ་ལེན་ཅི་ཐུབ་དུས་ན་ད་གཟོད་ཕན

པ་དོན་སྤྱིར་རྒྱུ་པ་ཞིག་ཡོད་ཐུབ། དེ་མིན་རང་གི་སྐད་ཡིག་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་པར་སྤྱིར་སྐད་ཡིག་སྒྲོབ་པ་གཅིག་སྟེ་འཛིན་
 པ་ཞི་ཆེས་ཐ་གལ་གྱི་བསམ་སྒྲིལ་སྟེ། པམ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་“ང་རང་གིས་ཀྱང་སྐད་བཤད་ཤིང་པ་འདི་ང་རང་གི་འཛིན་
 ཐང་དང་ཡོན་ཏན་རེད། དེ་ནི་གལ་སྤྱིད་ངས་མ་ཤེས་པ་ཡིན་ནའང་ངོ་ཆ་དགོས་དོན་མེད། འོན་ཀྱང་། གལ་སྤྱིད་ང་རང་གིས་
 བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་མ་ཤེས་ན། དེ་ནི་ང་རང་ཞབས་འདྲེན་ཡིན་པས་ངོ་ཆ་དགོས་པ་ཞིག་རེད།”ཅེས་གསུངས་ཡོད། དོན་སྤྱིར་
 བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱི་བོད་སྐད་ཡིག་གི་ཤེས་ཚད་ཀྱང་སྒྲི་རུ་སྤོང་དང་འགྲོ་བཞིན་པ་གོང་དུ་ཞུས་ཟིན་ལ། འདིའི་ཐད་ལ་སྐད་ཆ་
 འདྲ་མིན་བཤད་མཁན་ཡང་ཡོད་དེ། འགའ་ཞིག་གིས་“འཛིན་སྒྲིབ་དང་དགེ་ཆེན་གྱིས་སྒྲོབ་གསོ་དང་སྒྲོབ་སྒྲོབ་སྒྲོབ་སྐད་སུ་མ་
 འགྲིག་པ་རེད་”ཟེར་བ་དང་། ལ་ལས་“ཁོར་ཡུག་གི་རྒྱུ་རེད་”ཟེར། ཁ་ཤས་ཀྱིས་“ཕ་མའི་བསྐྱབ་བྱ་བ་བྱུང་བ་ཞོར་བ་རེད་”ཅེས་
 བཤད་ཚུལ་འདྲ་མིན་ཡོད་པ་གཅིག་ཀྱང་མིན་སྤྱིད་ཀྱང་། ཁོ་བོའི་ཆོངས་སྒྲོར་གཅིག་སྒྲོབ་མ་རང་ངོས་ནའང་སྒྲིན་གནད་ཡོད་
 སྤྱིད་སྟེ། སྒྲོབ་སྐྱུག་འགའ་ཞིག་གིས་རང་གི་སྐབས་བབ་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་སྒྲོབ་སྒྲོབ་ལ་མི་བཅོམ་པར་དགེ་སྒྲོབ་བར་དུ་མི་དགོས་པའི་
 གནམ་འཁྲུང་སྟེལ་པ་ཞི་“ཟས་མི་ལག་བརྒྱད་ན་རྟེ་ཉུང་དང་། གནམ་མི་ཁ་བརྒྱད་ན་རྟེ་མང་”ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་
 གོང་དུ་ལ་ལྟགས་ནས་གི་ཐོ་བས་གཞུས་པ་ལས་གཞན་མིན་སྟེ། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་དགེ་ཆེན་གྱིས་སྒྲོབ་བྱིད་སྐབས་དོན་གསར་
 ལ་དོ་སྤངས་མི་བྱེད་པར་སྒྲིན་ཁོ་རྩེར་བརྟག་མོད། སྤྱིར་བཏང་འཛིན་མེད་ཀྱི་ཁྱོད་ནགས་ན་མེད། མི་སྒྲིན་མེད་འཛིན་བྱ་གྲིང་ན་
 མེད་ཅེས་པའི་དཔེ་ལྟར་སྒྲིན་མེད་མི་སྤྱིད་ཅིང་། དགེ་ཆེན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལས་སྒྲིན་ལ་བཞུ་མི་རུང་བ་རྒྱུ་ཟེ་མ་ལས། ‘སྒྲོབ་དཔོན་
 གྱི་ཞི་ཡོན་ཏན་བཟུང་། །སྒྲིན་རྣམས་ནམ་ཡང་བཟུང་མི་བྱ། །ཡོན་ཏན་བཟུང་ན་དངོས་ཐོབ་ལ། །སྒྲིན་རྣམས་བཟུང་ན་དངོས་
 མི་ཐོབ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

༡༥ རྒྱ་རིག་བསྐྱེམས་དེ་སྒྲོབ་བྱིད་ལ་ཉན་དགོས།

དགེ་ཆེན་གྱིས་སྒྲོབ་བྱིད་གནང་སྐབས་སྒྲིའི་གཅིག་དུ་བསྐྱེམས་དེ་ཉན་པ་ལས། སྐབས་བབ་བྱིད་གཞི་མ་ཡིན་པའི་དཔེ་དེ་བ་
 གཞན་ལ་ལྟར་བ་དང་འཛིན་གྲོགས་ཕན་ཚུན་ལ་སྐད་ཆ་བཤད་དེ་ཁ་གཅུས་སྒྲོབ་གཉེར་གྱིས་བརྒྱན་གཤིག་སྒྲོང་བ། འབྲེད་བུ་སྤྱིང་ཟིན་
 བྱིས་མི་འདེབས་པར་ཡིག་འདྲ་མིན་འབྲེད་པ་ལོགས་སྒྲོབ་བྱིད་ལ་དོ་སྤངས་ཡོན་མི་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་གཞི་བུ་སྤྱིང་བརྒྱས་ཀྱང་མེས་ས་
 པ་གང་སར་གཡེང་བར་བྱས་ན་དགེ་ཆེན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བསྐྱབས་པ་དང་། བྱིད་མཆོམས་གང་དུ་སྒྲོབས་ཡོད་པའང་མ་ཤེས་པས་
 སྒྲོབ་ཆེན་ངས་སྒྲོལ་མེད། དེ་ངས་སྒྲོབ་བྱིད་སྐབས་ནན་ཏན་གྱིས་ཉན་དེ་མི་ཤེས་པའི་མིང་ཆོག་དང་ཐ་སྐད་ལ་མཆོན་རྒྱག་པ་དང་།
 ཆོག་འབྲེལ་སྐད་སྟེ། ས་བཅད་དཔྱེ་སྐད་སྟེ། བཤད་སྐད་སྟེ་ཆུན་ཆད་ལ་དོ་སྤངས་བྱས་ན་དཔེ་དེ་བ་གཞན་ལ་བརྒྱས་ཀྱང་གོ་བ་ལག་
 པོ་ལེན་ཐུབ། ཁ་ཤས་ཀྱིས་སྒྲོབ་བྱིད་སྐབས་ཤེས་པ་རབ་རིབ་ཀྱིས་ཟིན་བྱིས་ཡིག་ཉན་གཅིག་ཀྱང་མི་འགོད་པར་འཛིན་གྲོགས་ཀྱི་ལ་
 དང་གྱུང་གསེང་ནམ་ཡོད་ལ་བསམ་སྟེ་བསྐྱེད་པས་སྒྲོབ་ཆེན་ཡག་པོ་མ་ངས་པ་དང་། རྟེན་མར་ཡིག་ཆད་མ་ཡོན་ན་དགེ་ཆེན་གྱི་
 སྒྲིན་དུ་བཟང་བའང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཡོད། སྒྲོབ་བྱིད་ཀྱི་དུས་ཆོད་ནི་སྒྲོབ་མར་ཆེས་རིན་ཐང་རྒྱན་པའི་དུས་སྐབས་ཞིག་ཡིན་པས་
 རིག་པ་སྒྲོད་གཡེང་དུ་མི་གཏོང་བར་གཟབ་ནན་བྱེད་རྒྱུ་ནི་དོན་གྱི་གནད་དོ།

༡༥ ནང་སྒྲིང་རང་ངོས་ནས་འབྲི་དགོས།

ཁྱེད་ཀྱི་དགོ་ཆ་ཀྱིས་སྒྲུབ་པའི་ནང་སྒྲིང་རང་ངོས་ནས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་སྟེ་གཟབ་ནན་གྱིས་དག་ཆ་དང་ཡིག་གཟུགས་སོགས་
ལའང་དོ་སྣང་སྒྲུབ་དེ་རང་གིས་གང་ཤེས་འབྲི་བ་དང་། དགོ་ཆ་ཀྱིས་བཟོ་བཅོས་བྱས་པ་དང་ནོར་རྟགས་ཐོབ་ས་པ་རྣམས་བསྒྱར་
འབྲི་བྱས་ན་སྒྲོ་བ་ཆན་གྱི་ནང་དོན་རྣམས་ངེས་པ་མ་ཟད། རང་ཉིད་ཀྱི་འབྲི་ཅུལ་དང་། ཤེས་ཚད་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བར་ཕན་ཐོགས་
ཡོད། སྒྲོ་བ་ཕྱག་ལ་ལས་ནང་སྒྲིང་འབྲི་སྐབས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བ་དང་སྒྲོ་བ་དེ་བ་ལྟ་སྟབས་ཀྱིས་འདོད་པར། གཞན་
གྱིས་བྲིས་པ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་འབྲི་དེ་བ་སྟེང་གཙང་བལྟས་བྱས་ཏེ་སྤྱང་མདོག་གིས་དགོ་ཆ་ལ་མགོ་སྒྲིར་གཏོང་བ་ནི། རང་
ཉིད་ཕྱངས་ལ་སྒྲོར་བའི་དན་རྟགས་ཁོ་ནར་ཟད། དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་“རང་ཉིད་རང་གི་དགྲ་དང་རང་ཉིད་རང་གི་མགོན་
ཡང་ཡིན་”ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། རང་གི་མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་གང་འདྲ་ཞིག་བཟོ་མིན་སོ་སོ་གཞིན་པའི་དུས་ཀྱི་རིན་ཆེན་
གསེར་ལས་སྒྲག་པའི་ཚུ་ཚོད་འདི་ལ་རག་ལས་པས་དོན་མེད་མི་གཡང་བ་ནི་ཁ་ཆ་དགོས་གཤུགས་ཀྱི་གནས་ཡིན་ཅོ།

༡༦ བྲིད་ཟེན་པར་བསྒྱར་སྒྲིང་བྱེད་དགོས།

སྒྲོ་བ་མའི་སྒྲུབ་ཡིག་གི་མང་གཞི་བརྒན་པོ་ཚུགས་ཡུལ་སྒྲོ་བ་བྲིད་འཛིན་རིམ་དང་པོ་ནས་བཅུ་གཉིས་པར་ཡིན་ལ། དེ་རྩ་རང་
ཉིད་ཀྱིས་དག་ཡིག་དང་གལ་གནད་ཀྱི་ཅུ་པ་རྣམས་སྒྲོར་བ་བྱུང་བ། སྒྲིང་ཟེན་པའི་སྒྲོ་བ་ཆན་དང་སྒྲོར་ཟེན་པ་རྣམས་ཡང་ཡང་སྒྲོར་
སྒྲིང་དང་། འབྲིད་བཞིན་པ་ལ་དོ་སྣང་སྒྲུབ་ན་བསྒྱར་སྒྲིང་བྱེད་སྐབས་ངེས་སྟེ་ཁོང་ཡིག་ཆ་དང་ལ་དང་རས་སྒྲུབ་མེད་པ་མ་ཟད། སྒྲོ་བས་
བཞིག་ཐོབ་ཀྱིད། སྒྲོ་བ་ཕྱག་ཁ་ཤས་ཀྱིས་འཛིན་གྲུ་ཁོ་ལ་བ་དང་མ་ཉམ་དུ་སྒྲོ་བ་དེ་བ་ལ་བརྒྱབ་སྟེ། ཉི་མ་ནས་ཟླ་བར་བསྒྱར་སྒྲིང་
མི་བྱེད་པར་སྒྲིང་མེད་དུ་བསྒྱར་དེ་ཡིག་རྒྱགས་སྒྲོ་བས་ལ་ཉེ་སྐབས། རྩ་མེད་ཆ་པོའི་སྟེང་གི་བྲི་བ་ར་སྒྲིར་ཆ་ཆ་ལྷན་ལྷན་གྱིས་ཉིན་
མཆན་མེད་པར་མིག་རྩི་སྒྲིང་དུ་བཅུག་ཀྱང་ཕན་འབྲས་ཆེར་མི་འབྱུང་སྟེ། དེ་བས་དགོ་ཆ་ཀྱིས་གང་བསྒྲུབ་ས་པ་དེ་ཡིག་ཆ་དང་
གཅིག་ཕུ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཅུ་བའི་མང་གཞི་སྒྲིང་བརྒན་ཆགས་པ་ལ་འབད་ན། མགོ་རིམ་སྒྲོ་བ་ཀྱི་འབྲི་སྐབས་ཐོས་ཀྱི་བསྒྲིང་བ་
དང་ཚིམ་འབྲི་སོགས་རྩི་ཐོགས་པས་དགོ་སྒྲོ་བ་གཉིས་ལ་དགའ་ངའ་མེད་པ་དང་། སྒྲོ་བ་མ་རང་ཉིད་ཀྱང་ལས་གནས་གསེར་བའི་
སྒྲིང་ངོ་གཞོངས་མི་དགོས་པ་དང་གཞན་ཀྱང་མི་འཛིན་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱིད།

༡༧ ཡིག་རྒྱགས་ལ་སྒྲིང་སྒྲིང་བྱེད་མི་རུང་།

ཡིག་རྒྱགས་གཏོང་བ་ནི་སྒྲོ་བ་མའི་ཤེས་ཚད་ལ་བརྟུལ་ཞིབ་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། སྒྲོ་བ་སྒྲིང་ལ་སྒྲུབ་
པའི་བརྒྱ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱགས་འབྲས་ལ་བརྟུལ་སྟེ་མ་གྲོ་དམ་ལ་ལེངས་དེ་བས་དང་སྒྲིང་འདུམ་གྱི་སེམས་གཤམ་
མི་ཉམས་པར་དུར་བཅོམ་བྱེད་དགོས། མི་འགའ་ཞིག་གིས་ཡིག་རྒྱགས་ཅམ་གྱི་སྒྲོ་བ་མའི་ཤེས་ཚད་ཆོད་འཛིན་བྱེད་མི་བྱུང་ཅས་
སྒྲོ་བས་པས་བསང་མོད། སྤྱིར་བཏང་སྒྲོ་བ་མའི་ཤེས་ཚད་ཡིག་རྒྱགས་སྟེང་ནས་ཆོད་འཛིན་བྱེད་མི་བྱུང་རུང་། སྐབས་བབས་ཀྱི་
སྒྲིང་གཞིའི་ཤེས་ཚད་ཆོད་འཛིན་བྱེད་ཐུབ། འདིའི་སྟེང་དུ་དགའ་ལས་བརྒྱབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མ་གྲུབ་མ་ཐུག་གི་འབྲས་བྱེད་མེ་
བཞིག་འབྱུང་གྱི་ཡོད་པས་སྒྲིང་སྒྲིང་བྱེད་མི་རུང་། གལ་ཏེ་སྒྲིང་སྒྲིང་བྱས་ནས་ཡིག་ཆ་དང་མ་ཡིན་པས་ལོ་རིམ་འཕར་མ་བྱུབ་པར་

ལྷག་ན་ནང་མི་དང་འཛིན་གྲོགས་ལ་ངོ་གཞོངས་ཞིང་། ལོ་ཚད་དང་འགྲོ་གྲོན་ལྷག་མ་བཅས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་གྱིང་གུན་ཞིག་ལས་
ཕན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་མི་སྲིད་དོ།

༤༥ དཔེ་དེབ་ལྷ་ལྷོག

སྤྱིར་དཔེ་དེབ་ལྷ་ལྷོག་ཤེད་པ་ནི་རང་ཉིད་ཐོས་ཀྱི་དང་ལྷ་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་“ཤེས་ཚོར་ཙམ་གྱིས་ལྷ་ལྷོག་
དང་། མཐིལ་རྟོགས་པའི་ལྷ་ལྷོག རོ་བཙུད་ལྱང་བའི་ལྷ་ལྷོག”བཅས་ལྷ་སྒྲུངས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པས། ཐོག་མར་ང་ཚོར་དགེ་
ཆན་གྱིས་སློབ་ཆན་ལས་དོགས་གཞི་བསྐྱངས་པ་དང་བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་རྣམས་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་དེབ་ལ་གོང་གི་ཐབས་ལམ་
དེ་དག་ཐུད་དེ་ལྷ་ལྷོག་ཤེད་པ་དང་། ཆོག་དོན་གོ་སླ་ཞིང་ཟིན་བདེ་བའི་དོན་གནད་རྣམས་ཟིན་བྲིས་བརྒྱག་དགོས་པ་སྟེ། ས་པན་
གྱིས་“རང་ལ་མཁོ་བའི་གསེར་ཕྱེ་རྣམས། །ཁབ་ལེན་དོ་ཡིས་ཀྱན་ནས་ལེན།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་དཔེ་དེབ་ལྷ་ལྷོག་ཤེད་
སྐབས་རབ་འཕྲིལ་བའི་མ་ཡིན་པར་ཆོག་སྤྱིར་དང་། ནང་དོན། དག་ཡིག་ཚུན་ལ་ཡིད་འཛིན་བྱས་ནས་མ་དེས་པ་རྣམས་ཆོག་
ཐོ་བཞོད་དེ་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དགེ་ཆན་ལ་འདྲི་བ་དང་། ཆོག་མཛོད་བསྟོགས་ཏེ་ཤེས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་ན་ཆུ་ཐོགས་བསགས་པའི་
ཀྱ་མཚོ་ཡི་དཔེ་བཞིན་ཡར་རྒྱས་སུ་འགྲོ་ངེས། དེ་ཡང་དཔེ་ཆ་འགའ་ཞིག་ལ་ལྷ་ལྷོག་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་ཆོམས་ཏེ་ཆོག་ཤེས་
བརྟེན་པར་མི་རིགས་ཏེ། ཕྱི་གནའ་པོའི་སྒྲིབ་པ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་“དཔེ་དེབ་ཁྱི་སྒྲག་བསྐྱགས་པ་ན། །སྒྲག་ཁ་ལྷ་ཡིས་ཁ་ལོ་བསྐྱར།” ཞེས་
གསུངས་པ་ལྷར་རང་ཉིད་ཀྱི་གཞི་ཅའི་མང་གཞི་དང་ཙམ་འབྲེལ་ཤེས་བྱ་ལ་ཕན་ནུས་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཐུབ།

ལྷ་བ། མཐའ་མའི་མཇུག་སྒྲིམ་དང་གསལ་བཤད།

མི་རིགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཐོག་མར་རང་གི་སྐད་ཡིག་བྱང་ཆུབ་པར་བྱས་ཤིང་། མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱང་ན་ད་
གཟོད་འོས་ཤིང་འཆོམས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། སོ་སོའི་སྐད་ཡིག་ཡག་པོ་ཞིག་སྤྱང་བར་ཁོར་ཡུག་གཙང་མ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་དགོས་
པས་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་དགོངས་གཞི་ལྷར་ང་ཚོར་བོད་པའི་སློབ་བྱ་ལོགས་སུ་བཙུགས་པ་དང་། དེ་ཡང་སོ་སོའི་ཆོས་དང་རིག་
གཞུང་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་གསུམ་ཤེད་ཆེད་ཡིན་པ་ཁོང་གིས་“ང་རང་ཆོས་སུ་གྱུ་བྱི་སྒྲག་ཁ་ཤས་ལ་སློབ་སྐྱོང་སྤྱད་པ་འདྲིའི་རྩ་བའི་
དམིགས་ཡུལ་གཙོ་བོ་མ་འོངས་པར་བོད་མི་རིགས་ཟེར་བ་འདི་འདྲམ་བུ་སྐྱོང་འདྲིའི་སྤང་ལ་ལུ་མཐུད་གནས་ཐུབ་པའི་ཆེད་དུ་འདི་” ཅེས་
གསུངས་པ་བཞིན་གནན་འཕྲང་ཅན་གྱི་དུས་འདིར་རང་གི་རིག་གཞུང་ལ་དགའ་ཞེན་དང་སློབ་སྐྱོང་བྱས་ཏེ་མི་རིགས་དང་རིག་གཞུང་
ལུ་མཐུད་གནས་པ་ལ་འབད་བརྩོན་བྱས་ན། མི་རིགས་གཞན་ལ་འདྲིའི་སྟངས་ནས་ཕན་ཐོགས་ན་མ་གཏོགས། ཤིའི་སྐད་ཡིག་
སྤྱང་ནས་སྤྱི་ཀྱལ་མི་ལ་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་ནི་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། དེ་བས་ང་ཚོས་ཁ་ནས་བཤད་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དོན་གྱི་ལག་ལེན་
ཐོག་འཁེལ་ཐུབ་པ་ཤེད་ཀྱི་དང་། ཡགོང་ས་མཆོག་གི་ཉམས་སྐྱོང་ལྷན་པའི་གསུངས་ཆོག་རྣམས་མེ་རེ་བཞིན་སྤྱིང་ལ་བཅངས་
ཏེ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ཁ་རང་གི་སྐད་ཡིག་ལ་གཏད་ནས་སློབ་སྐྱོང་བྱས་ཏེ་དོན་དངོས་སྟངས་གི་“མ་འོངས་བོད་ཀྱི་སོན་རྩ་”ཞིག་
ཤེད་ཐུབ་པའི་འཕྲོད་སྐྱེལ་ལྷ་ཀྱི་ཡིན། ང་རང་ཡང་མཐོང་ཀྱི་དང་ཐོས་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་ཆུང་བའི་ཆོས་སྤྱིར་བཏང་གི་སློབ་སྒྲིག་ཅིག་ཡིན་
པས་སློབ་གསོའི་སྐོར་གྱི་ཙམ་ཡིག་འབྲི་བའི་ཤེས་ཚད་མེད་ལ། “བྱོད་རང་གི་ཡིག་ཆ་དེ་ལོན་པ་བྱོས་དང་མི་ལ་སློབ་གསོ་གཏོང་

ཀྱི་ནི་མ་བབས་པའི་ལས་འགན་ཞིག་རེད་”ཟེར་མཁན་གྱི་སྒྲོབ་གྲོགས་འགའ་ཡང་མཆིས་ཀྱང་། རང་ཉིད་བརྒྱུད་སྤྱོད་པའི་སྒྲོབ་གྲོགས་སྤྱོད་ཀྱི་མཐོང་ཐོས་སྤྱོད་གསུམ་རྣམས་དཀར་པོའི་སོར་མོའི་འདུ་བྱེད་ལས་སྒྲོག་མཁན་ནམ་པའི་སྤྱན་རྒྱུ་ཡིག་རིས་སུ་ཡབ་ན་འགལ་བ་མེད་སྙམ་མོད། འོན་ཀྱང་ཆོག་སྒྱུར་དང་བཤད་པ་མི་མཁས་པས་ཚོམ་ཡིག་འདིའི་ནང་དུ་དགེ་ལས་སྒྲོབ་ཐུག་ནམས་ཀྱི་ཐུགས་ལ་ཤོག་སྤྱིད་པའི་ཆོག་མང་དག་ཅིག་ཐལ་ཡོད་སྤྱིད་པས་མཆིན་ཐུན་སྒྲོག་མཁན་ནམ་པས་ནོར་འཁྲུལ་ཅི་མཆིས་སྤྱིགས་དོར་བརྒྱུད་ལེན་གནང་རྒྱ་མཁྲིན།

འཕོད་སྤུལ་ཞུ་རྒྱ་ཞིག་ལ། བཀའ་ཤག་གསར་བས་སྒྲོབ་གསོའི་ལངས་ཕྱོགས་གསར་བར་གོམ་པ་སྒྲོས་པའི་དུས་དང་བརྒྱན་ནས་ལོ་མང་དགེ་ཆན་གྱི་བྱ་བར་ཞུགས་ནས་ཉམས་སྤྱོད་ཡོད་པའི་མཆིན་ཐུན་དག་གིས་སོ་སོས་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ནས་ཚོམ་པའི་སྤྱིག་ཁ་སྒྲོབ་གསོའི་ཕྱོགས་ལ་བརྒྱུར་ཏེ་རྣམ་བསམ་དཀར་པོས་ལེགས་སྒྲིལ་རེ་འབྲུལ་རོགས་སྤྱིང་ནས་ཞུའོ།

མཚར་གཏམ་བརྒྱུར་མ།

མི་ལམ་གྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་བ།

ཡུན་ཆོགས་ནམ་ཀྱལ།

དེ་ཡང་སྤྱན་ཁང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་མི་གཅིག་གིས་ཚུབ་ཚུབ་ངང་ཨམ་ཆེའི་སར་རྒྱགས་ཡོང་སྟེ། “ཨམ་ཆེ་ལགས། དང་སང་ཁོ་པོར་རྟག་པར་མི་ལམ་དུ་ཆུའི་ནང་འཐིམ་འགོ་བཟིས་ཀྱི་འདུག ཐུགས་རྗེས་གཟིགས། དེ་ལ་ཐབས་ལམ་ཞིག་སྟོན་རོགས་”ཞེས་བརྗོད་པར། ཨམ་ཆེས། “དེ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་སྤྱན་སོགས་མེད་ཀྱང་ཐབས་ལམ་ལགས་ཤོས་ནི་ཁྱེད་རང་ཆུའི་ནང་རྒྱལ་རྒྱག་སྤངས་ལེགས་པར་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་དཀའ་ངལ་དེ་སྒྲོག་གི་”ཟེར་ཅིས་བཤད།

ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་བོད་སྐད་ཡིག་ཕྱ་བའི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུའི་འཐུས་
མི་ནམ་པ། ཐུན་རིན་ཏེང་མི་རིགས་སློབ་འབྲིང་དུ་ཕྱེབས་སྐབས་འཐུས་
མི་དག་གི་ཆུ་ལྷན་གྱི་བཞུགས་མོལ་ཚོགས་འདུའི་
ཐོག་གནང་བའི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན།

(རྗེ་མར་གདོང་སློབ་བཟང་བཤད་སྐབས་ཀྱི་མཆོད་གསུང་འབུམ་ལས་ཟུར་འདོན་ཞུས་པའི་སློབ་གསོའི་སྐོར་གྱི་གསུང་བཤད་གལ་ཆེན།)

གཙན་བཟོད་ཀྱིས། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ལོང་ཆེག་སྒོང་སྐྱུ་བརྒྱ་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་དུས་ཡུན་ཡོད། དུས་ཡུན་དེའི་རིང་ལ་བོད་ཀྱི་མཁས་
དབང་རིམ་བྱོན་ནམས་ཀྱིས་དཀའ་སྤྱད་ཁྱད་དུ་བཞེས་ནས་བརྒྱུད་འཛིན་དར་སྤེལ་མངོན་དེ་དུ་ལྟའི་བར་ལ་སྤེབས་ཡོད། ལོ་རྒྱུས་
ཀྱི་དུས་རབས་འདི་སྟེང་གི་ནང་དུ་དར་རྒྱས་ཅིག་བྱུང་ཡོད། རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྒྲེས་པའི་ཚུན་ལའང་གཡོན་ལྷང་གི་ནོར་འབྲུལ་
སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཉམས་ཆག་ཆབས་ཆེ་ཆུང་ལན་ཁ་ཤས་བྱུང་ཞིང་། ཁྱད་པར་དུ་རིག་གནས་གསར་བཅའི་སྐབས་སུ་གནོད་
སྤོན་ཆབས་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཐེབས།

དྲུག་གི་སྐབས་ཀྱི་པའི་ཆང་འཛོམས་གྲོས་ཚོགས་ཐེངས་ཉལའི་རྗེས་སུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྱ་གཞག་ཐམས་ཅད་དང་བཅོས་ལེགས་
བརྒྱུར་བྱུང་འགོ་ཚུགས་པ་དང་ཆབས་ཅིག་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཕྱ་བའི་ཡར་རྒྱས་འགོ་འགོ་ཚུགས།

དེ་རིང་ཁྱེད་སློབ་གྲུའི་གནས་ཚུལ་བརྒྱུས་པ་མཚམས་སྦྱར་ལ་བཞུས་ན། སློབ་གྲྲ་འདིར་དགོས་ཀྱི་གྲངས་ཀ་མང་ཞིང་གཞི་
ཁྱོན་ཡང་ཞིང་ཆེན་ཡོངས་ཀྱི་བོད་རིགས་སློབ་འབྲིང་ཀྱང་ལས་ཆེ་གས་ཡིན། དེ་བས་སློབ་མའི་འཆོ་བའི་གྲོན་དངུལ་མི་འདང་
བའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་པ་ཐོས། དེ་དག་གོང་རིམ་སྤྱི་ཁྱེད་ལ་དགོངས་ཞུ་བྱས་ན་དཀའ་ངལ་སེལ་རིགས་གནང་རྒྱུ་རེད། མི་རིགས་
འབྲེལ་ཆུང་ཡིན་པ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་བ་འབྲེལ་ཆུང་ཡིན་པ་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་བྱིས་ལུགས་ནང་བཀོད་པའི་ཅ་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་
རེད། ཅ་དོན་འདི་གོང་འོག་བར་གསུམ་ཆང་མས་བཙི་སྤྱད་བྱེད་དགོས་ལ། བྱེད་རྒྱུ་འདེད་རེད།

གཙོ་བོ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཤེས་བྱ་འདིའི་རིན་ཐང་ག་ཚོད་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་ཡག་པོ་ཞིག་བྱས་ཏེ། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་འདི་
གསེར་ཡིན་ནམས་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་ལ་ལས་ཀ་འདི་སྐབས་པའི་སློབ་མཐུན་ནམས་ཀྱིས་ཐོག་མར་བསམ་སྒྲིག་དོན་དགོས་ཡོད། མི་
རིགས་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དར་རྒྱས་ལ་བརྟེན་ནས་འཕེལ་རྒྱས་དང་ཉམ་རྒྱས་དུ་འགྱུར་སྟེང་པ་ལོ་རྒྱུས་དང་ཡིག་ཆང་ལ་
གཞིགས་མཁན་ཆང་མས་ཤེས་གསལ་རེད། རང་རྒྱལ་གྱི་མན་རྩ་མི་རིགས་འདི་མི་གྲངས་ཉུང་མོད། ལོ་རྒྱུས་སྟེང་མི་ལོ་ཉིས་
བརྒྱ་རེ་བརྒྱུད་ཅམ་ལ་སྟེང་དམ་པོར་བཟུང་། ཡིན་ན་ཡང་ད་ལྟའི་མི་རིགས་འདིའི་རིག་གནས་པལ་ཆེར་ཉམ་དམས་སུ་ཕྱིན་ཆར་

བ་ཅིང། རིག་གནས་ཉམས་ན་མི་རིགས་ཉམས་པ་ཆོས་ཉིད་ཅིང།

བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཡིག་གི་བྱུང་འབྱུང་གི་རང་བཞིན་ལ་རང་གིས་བསྟོན་པ་ཙམ་བྱས་ནས་བསྟན་པ་སེམ་མོ་ཙམ་པར་མ་ཟད། འདི་
ཐད་ལས་ཀ་དུར་པོ་དང་ཡང་འབད་བསྐྱར་འབད་རྒྱུ་བཟོར་ཞིག་ཕྱེད་དཀོས། བོད་འདི་ཁ་དཔེར། བྱ་ཐས་མི་བསྟོན་དགས་
བསྟོན། བྱ་མོ་མས་མི་བསྟོན་གནས་ཀྱིས་བསྟོན། ཟེར་བ་རྒྱར། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཡིག་འདི་ཉིད་ཕྱི་སྤྱིར་གི་མཁས་པ་མོ་སོ་དང་།
མི་རིགས་གཞན་པའི་མཁས་པས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཡིག་རོ་བརྟུང་བྱུང་ས་ནས་ཡིད་པ་ཕྱོད་བ་བོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟོན་བསྟགས་ཕྱེད་
བཞིན་པ་འདི་དེ་བོག་ནས་རང་གིས་བསྟོན་པ་མ་བྱས་ཀྱང་། ཡང་སྤྱིར་གཞི་བྱ་ཡིན་པ་རྒྱུད་གསལ་པོ་ཕྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

ཕྱིར་བཤད་ན། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་བྱ་བ་དར་རྒྱས་ཕྱན་ཐུང་ཆོག་སེའི་ཞིག་ཡོང་བར་དཀའ་སྤྱད་དང་བརྩོན་འགྲུས་ཁྲར་དུ་
བསྐྱར་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་སྤྱོད་སྐབས་ངེས་པར་ཡོད་དགོས། དཀའ་སྤྱད་དང་བརྩོན་འགྲུས་གྲིབ་མ་རྒྱར་བརྩོན་པའི་སྤྱིན་ཐོན་མཁས་པ་རྣམས་
ཀྱི་སྒྲིབ་རྒྱུན་ལེགས་པོ་དར་སྤེལ་རྒྱུན་འཛིན་བཟང་པོ་བྱེད་དགོས། ཁོང་རྣམ་པས་སྤོན་སྤྱོད་གཉེར་མཛད་དུས་རྒྱ་གཙང་དང་ཅུ་
པ་རྒྱ་བོ་བཞེས་དེ་སྒྲིག་འཛོལ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་མཁས་པ་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་བརྟེས་པ་དང་། དེས་རྒྱལ་ཁབ་ཤིན་ལ་སྒྲིན་གྲགས་
ཀྱང་གསལ་དཀར་གཅིག་གི་བྲུབ་པ་འདི་བྱུང་བ་རེད།

ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པས་སློབ་གཉེར་མཛད་པས་མཁས་པའི་ཡང་ཕྱིར་སོན་པ་རེད། ད་ལྟ་ཨ་མེ་རི་ཀ་སོགས་
ཏུར་འིར་གཅི་བྱུང་བས་ཀྱང་སྒྲ་བྲང་བྲག་གིས་འབྲེལ་གྱིས་བྱིན་ཡོད།

ལུང་ཁྲག་རྒྱང་འུ་དེ་དེ་འབྲ་ཤེས་དོན་ནི། (ལྷུང་མ་འདིར་ཕྱག་མཛུབ་ཀྱིས་རྒྱུ་མགོར་གྱི་དཀྱིལ་མང་དན་མ་གསུངས་) ལྷོ་མོར་
འང་བ་དང་དཔལ་ཙམ་ཆེ་བས་ཤེས་པ་མིན། གཙོ་བོ་དམ་པ་གང་ཟག་གཅིག་གི་ཤེས་བྱ་ཤེས་པའི་ཆད་ལ་དོ་རྒྱ་བྲལ་པའི་གཟི་བྱན་
མིན། གཞན་ཡང་། རྩོམ་དགེ་ཤེས་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལ་མ་དེ་རེ་ཀོང་གི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་མོགས་ཀྱིས་
འཛོད་རང་གི་རྒྱད་ཡིག་ལ་དཀྱིས་ཕྱིན་པའི་ཁར་རྒྱད་དང་ཡིག་རིགས་གཞན་ལ་འང་རྒྱངས་པ་གནང་བས་སའི་རྟེན་གྱི་རྫོན་མེ་
འུར་ལུར་ཉེ་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱི་ནང་ཀུན་ལ་སྟན་ཀྱངས་ཁྲལ་པ་འདི་བྱུང་། ཁོང་རྒྱལ་པས་ཀྱང་དང་པོ་སྟོབ་གཉེར་གནང་དུས་དམ་
གོང་མའི་ཕྱག་བཞེས་བཟང་པོ་རྒྱར་དང་ཀྱང་དང་པོ་རྩོན་འགྲུས་ཀྱི་འཆོ་བ་བཟས་ཆགས་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་པ་ལས་གཞན་མིན།

མདོར་ན། བོད་ཀྱི་རྒྱ་དམག་གི་བྱ་བ་རྒྱ་བ་མཁན་ཁྱེད་ཚོས་རང་གི་རྒྱ་ཐོག་ས་ཀྱི་མང་ཉུང་དང་རྩོམ་ཅིན་མ་བསམས་པར་མིག་
རེད་ཞིང་། མཐོང་རྒྱ་ཡང་ས་པོས་ཡུན་རིང་གི་བསམ་ཆོ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་རྒྱ་དམག་བྱ་བ་ལ་འབད་བ་བྱས་ཏེ་དར་
ལ་བྱེད་པའི་མང་གཞིའི་སྤོང་རྒྱ་དང་ཡིག་རིག་ས་གཞན་ལ་འང་རྒྱ་དང་ཚུ་མེད་མེད་བྱེད་རྒྱའི་རེ་བ་བྱེད།

མིང་མེད་གྱི་བཅོན་པ་ཁྱེ་ཆོག་ས།

(གཞིས་ལུས་སྤྱན་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་ལུ་པ།)

སྤྱི་ཆུང་ཆང་དོན་གྲུབ་ལྟ་དཔ། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

མུན་ནག་གི་ཡོལ་བ་དམར་པོའི་ལྗེ་བ་གཉེར་འོག་གཡོ་བཅོན་
ཕྱགས་སྒྲོག་གིས་བཅིངས་པའི་ས་སྤྲོད་གྱི་བཅོན་པ་མིང་མེད། རེ་
བའི་མིག་ཟུང་མཆིལ་ཞགས་འཁོར་བཞིན་རྒྱང་རིང་གི་སྒྲོ་མཐར་
ཅེར་ལ། རྒྱུག་གུར་གྱི་རྒྱུད་སྤྲོད་གྲོགས་སུ་སྤྱུལ་ཏེ་ཐོས་འདོན་
གྱི་སྒྲོ་མོའང་སྒྲོ་རུ་བསྐྱངས། ཡ—— ཡ——ཁྱེད་རྒྱུས་
ཁ་སང་ཁ་སང་གི་དུས་ཆོགས་ཤིག་ནས་ཕྱགས་རྒྱུང་གི་འཛུབ་
ཁ་རྒྱབ་པའི་དགུན་རྒྱ་རིང་མོ་དེར། འདི་ལྟར་ཅི་ཞིག་གི་སྤྲད་
དུ་སུ་ལ་རེ་ཞིང་སུ་ལ་ཕྱོགས་སམ།

ངོ་མ་རེད་ཨ། ཆེས་རྒྱང་རིང་གི་སྒྲོ་མཐར་དེ་རུ་ཁྱེད་ཆོའི་
ག་ཁྲག་གཅིག་པའི་ཡུལ་ཤོར་གྱི་སྤྱབས་བཅོལ་སྤྱན་རྒྱ་སྟེ། ཁ་
བའི་རང་མདངས་གསོ་སྤྲད་མི་ཡུལ་དུ་གར་བའི་འབྲམ་པོ་ང་
ཆོ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་མཐོ་སྤང་གི་ལས་དབང་སྤྲད་ཁྱེད་རྒྱུས་པས་
སྤྱག་སྒྲ་ཁྱེད་པའི་སྒྲོ་རོགས་དང་། ཁྱེད་འཛོམས་ཁྱ་བསུ་བའི་
འགོ་འདྲན་སོགས། རྒྱ་གཏད་དང་ཕྱགས་རེ་ཐམས་ཅད་ང་ཆོར་
བཅོལ་མོད། ང་ཆོས་ད་བར་ཐུང་ན་གྱི་ཞུ་འབོད་ནག་པོ་དང་
མངོན་འདོད་གྱི་ཁ་གཡང་ལྟ་བུ་ལས། ཁྱེད་ཅག་གི་དམིགས་
འདུན་ལ་བྱོད་འཁོལ་སྒྲོམས་པོ་ཞིག་སྤྱིན་ཁྱེད་ངམ། ཕལ་
ཆེར་——།

གང་ལྟར་འགྲན་ཅོད་གྱི་གཡུལ་ས་ལྟ་བུའི་དུས་རབས་འདིར།
ང་ཆོ་སྤྱབས་བཅོལ་བའི་རྩ་སྤྱིལ་འོག་ན་མགོ་འཕངས་མཐོ་ལ།

མང་མང་གིས་སོ་སྤང་ངོམ་བཞིན་སྤྲོད་དོན་གྱི་གཅིས་ཕྱག་ཏུ་སྤྱོད་
བཞི། ཁྱེད་གཞིས་ལུས་སྤྱན་རྒྱ་ཆོའི་ཞུམ་མེད་གྱི་སྤྱིང་སྒྲོ་བས་
དང་། ཟུངས་ཁྲག་གི་འཐབ་ཅོད་ལོ་རྒྱུར་མཐུད་པའི་རིན་ཐང་
དུ་ལགས་ན། ཁྱེད་ཅག་གི་ང་ཆོར་ངེ་འདྲའི་དྲིན་ཆེན་ཞིག་དང་།
ང་ཆོའི་འཆོ་རྟན་ཞིག་

གཞིས་ལུས་གྱི་སྤྱན་རྒྱ་ཆོ། ཁྱེད་རྒྱུས་རང་དབང་དང་
གངས་རྒྱུང་ས་ལ་དུང་དགས་པའམ། བཅོན་གཞོན་དང་ཕམ་
ཁའི་ན་ཟུག་ཕྱི་དགས་པས། སྤར་ལཱི་ངག་དཔུང་དང་གུང་
གཞུང་གི་ཁྲིམས་ཆད་ངེ་ལྟར་བཅོན་ཀྱང་། ཞུམ་མེད་གྱི་ཁྱེད་རྒྱུར་
ལ་རྒྱས་འདེགས་བཞིན། མིག་རྒྱ་དང་ཟུངས་ཁྲག་གི་སྤྱོད་ནས་
རང་བཅོན་གྱི་འབོད་སྒྲུ་སྤྱར་མོས། ཡ་ཕའི་བང་སོ་དང་གངས་
རིའི་རྒྱམ་ཤེས་འཆོལ་བཞི། ངོ་མ་ཅི་འདྲའི་གཟི་བུ་དང་
དཔའ་ཤོད་གྱི་དན་རྟགས་གསོན་པོ་ཞིག་རེད་ཨང་། འོན་ཀྱང་
གངས་རིའི་སྤྱུས་མོ་རང་དབང་གི་ཡུགས་སར་ལུས་པའི། དུས་
རབས་ཀྱི་ཁྲིམ་གཞིས་གང་མོ་དེར། བདེན་པ་དང་རང་དབང་
ལ་གོ་ས་མེད་པས།

“ཁྱེད་རྒྱུས་ལོག་སྤྱོད”དང་། “ཁ་བུལ” “ལྷ་
སྤྱོད་ཞེས། ཆོག་གི་མདའ་ཚོན་དུ་མས་ན་པའི་ཁྲག་ཐིགས་
གཅོགས་ཤིང་། ཕྱགས་གདུབ་དང་རྒྱོག་རྒྱགས་རྒྱབ་མོས་ལང་
ཆོའི་གཟི་མདངས་འཕྲོགས། ད་དུང་གཡོ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱུང་བུ་

དམར་པོས་ཆོ་སྒྲིག་གི་མཆོད་མེ་གངས་མེད་བཙན་གྱིས་བསྐྱུལ།

ཀྲེ་མ། འདི་དག་ནི་པོ་དྲུ་ལའི་འབྲུངས་སྐར་དང་གངས་
ཙན་པའི་ཐོབ་སྐལ་སྤྲད་དུ། ཁྱེད་ནམ་པས་སྤྱིང་བཞིན་པའི་ཁ་
སང་དང་དེ་རིང་གི་འཆོའ་བ་རེད་ལ། འདི་ནི་ང་ཆོ་བྱམ་མོང་གིས་
ནམ་ཡང་བརྟེན་དུ་མི་རུང་བའི་བྱངས་ཁྲག་དང་མིག་ཚུའི་ཟིན་
ཐོ་ཞིག་ འདི་ནི་ང་ཆོ་བྱམ་མོང་གིས་ཚོད་དགོས་པའི་མི་རིགས་
ཤིག་གི་ཀྲུལ་པམ་གྱི་ག་འཁོར་ཚྲོག་མེད་ཅིག།

གཞིས་ལུས་ཀྱི་སྤྱན་རྒྱུ་ཆོ། ཁྱེད་ནམ་པས་སྤྱིང་བཞིན་པའི་
འཐབ་ཚོད་འདི་ནི། བཞུད་ཟིན་པའི་སྤྱན་རྒྱུ་ཆོ་སྤྱད་གི་ནམ་
ཤེས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཞིང་། ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་པའི་གངས་སྤྱག་
དུ་མར་མདུན་སྤྱོད་དང་རང་དབང་གི་ལམ་ཆེན་བསྐྱུན་སྤྲད་ཡིན་
པས། ཁྱེད་ཅག་གི་དཀའ་སྤྱད་དང་ཐོབ་ཤོར་ཡོད་ཆོད་སྤྱ་ནག་

གི་དོད་སྤྱོད་ཁོ་ནའི་ཆེད་ལགས་ན། ལུས་མེད་ཀྱི་ཆོད་སེམས་
དང་ཡར་ལོང་གི་འཐབ་ཚོད་ལག་དྲན་ནས་ཞོར་མེད་ཅིང་། མཛོན་
འདོད་དང་རེ་སྤྱག་གི་སྤྱོད་དུས་ཐག་ཉེན་སྤྲེའི་ཟིན་པས། བདེན་
པའི་ཁྲ་ཚུར་ལུ་མཐུད་སྤྱོད་ས་ཡང་།

ཡིད་དུང་སའི་གཞིས་ལུས་ཀྱི་སྤྱན་རྒྱུ་ནམ་པ། དེད་ཅག་
གི་བར་ན་དེ་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱང་ཇི་ལྟར་མང་ལ། ལེ་དབར་གྱི་
རྒྱང་ཐག་ཅི་ཅམ་རིང་ཡང་། སེམས་པ་དང་སེམས་པ་ད་ཅང་
ཉེ་བས། ང་ཆོའི་བཙེ་འདང་ཁྱེད་ཆོའི་པང་དུ་གནས་གིང་། ཁྱེད་
ཅག་གི་སྤྱགས་རེ་ང་ཆོའི་ལག་དྲུ་བཙོལ། འདི་ནི་ང་ཆོའི་འཐབ་
ཚོད་ཀྱི་རྒྱ་སྤྱོད་ཡིན་ལ། རྒྱས་ཤུགས་ཀྱི་ཟམ་པའང་ཡིན་པས།
ལ་རྒྱ་དང་རིགས་ཞེན་དྲངས་མས་ཆེག་སྤྱིལ་གྱི་རྒྱ་སྤྱོད་སྤྲེའི་མཐུད་
སྤྱོད་དགོས།

མཆར་གཏམ་བསྐྱར་མ།

རིག་གནས་ཀ་པའི་སྤྱན་རྒྱུ་ཆོགས་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱར།

སྤྱར་གཞི། Punjab Kesari

༡༥ རྒྱངས་འཁོར་སྤྱས་ལེགས།

གཉེན་སྤྱིག་བྱས་ནས་ཉིན་གསུམ་ལས་མ་སོང་བའི་བྱ་མོ་སྤྱོལ་མ་ཞོགས་པ་སྤྱི་ཉ་ལས་པའི་ཚུལ་གྱི་རང་གི་རྒྱ་པོའི་སར་ཡོང་སྟེ།
“བསྐྱུན་འཛིན། ཁྱེད་ཀྱི་དེ་རིང་གི་ཆགས་པར་བསྐྱགས་སམ་”ཞེས་དྲིས་སྐབས།

བསྐྱུན་འཛིན་གྱིས་“དེ་འདྲའི་ཉ་ལས་དགོས་དོན་ཅི། གནས་ཚུལ་ ཡ་འི་དང་ཡམས་ཞེས་ཐུན་གཉིས་ཀྱི་བར་དམག་འབྲུག་
ལས་གཞན་གང་”ཞེས་བཤད་པར། སྤྱོལ་མས། “མ་རེད་མ་རེད། ཉེ་ཆར་གཉེན་སྤྱིག་བྱས་ནས་ཉིན་གསུམ་ལས་མ་སོང་བའི་
ཁྱོད་གས་རང་གི་རྒྱང་མ་རྒྱང་འཁོར་གཅིག་དང་བརྟེན་འདུག ཅི་སྟེ་མི་དེ་ཁྱེད་ཡིན་ན་དེ་འདྲ་བྱེད་ཐོད་དམ་”ཞེས་འདྲི་སྐབས།
བསྐྱུན་འཛིན་གྱིས་“ཉིན་ རྒྱང་འཁོར་གཅིག་ མི་དེ་དེ་འདྲའི་སྤྱན་པ་ལ། ང་ལ་ཉུང་མཐར་རྒྱངས་འཁོར་སྤྱས་ལེགས་
གཅིག་མ་བྱུང་ན་བརྟེན་མི་སྤྱོད་”ཅེས་བརྟེན་སྐབས་སྤྱོལ་མ་ཉ་ལས་ནས་མིག་དྲུར་དྲུར་ངང་ལུས།

བཅོན་མ་ཞིག་གི་ཐོལ་བྱུང་བེན་བྲིས།

ཀུལ་མཆོན་ལྷ་སྒྲོན། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

རང་བྱུང་གཏེར་རྩལ་དང་རིག་དངོས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བརྒྱན་
པའི་བསེལ་ལྷན་ཁ་བའི་རྒྱུངས་དེ། རྒྱ་མི་དམར་པོས་བཅོན་
དབང་གིས་བཟུང་ནས་ཆེས་གཉན་འཕྲང་གི་གནས་སུ་རྒྱུང་བའི་
དུས་སྐབས་འདིར། ང་ཚོའི་སེམས་སུ་བརྟེན་དཀའ་བའི་བག་
ཆགས་དང་བསྐྱེད་བྱི་ཀྱི་འཆོ་བའི་སྒྲོས་གར་རྩེད་ལྟ་བུ་གར་
བཞི་ལོ་ངོ་བཞི་བརྒྱའི་ནང་གི་སྒྲོ་སྒྲུག་ཁོ་ན་ཡིན། འོན་ཀྱང་།
རང་འདི་པོད་མེད་གཤེས་སྒྲིབ་དང་། ལྷ་བ། སྤུགས་བསམ་
དང་རེ་སྒྲུག་དཔལ་འབྱོར་དང་ཤེས་ཡོན། མདོར་ན་ཆོལ་
གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་དཀྱིལ་དབུས་སུ་བཅུངས་པའི་ཆོ་སྒྲོག་གི་འགྲོ་ལམ་
ཐོག་ལ་བརྟེན་ཐུབ་པ་བྱ་རྒྱུ་ནི་པོད་མི་ཁོ་ནར་རག་མ་ལས་པས་
གངས་ཅན་གྱི་ཡུལ་གྱ་འདིའི་དཀའ་འཇམ་གྱི་འོད་སྟེང་དང་།
མངོས་སྒྲུག་གི་ལང་ཆོལ་བུལ་འདོད་པའི་བསམ་མཁྱེད་རིགས་
སུ་ལའང་མེད། ཡིན་ན་ཡང་དུས་རབས་ཀྱི་འཕྲི་འཕྱར་དང་
རྩེད་བྱས་ཀྱི་ལས་ངན་ལན་གཅིག་ཚུང་དགོས་བྱུང་བས། བདག་
ཁྱེད་དང་བུལ་ནས་འགྲོ་དགོས་བྱུང།

ཨ་མ་གངས་ཅན་གྱི་ཡུལ་གྱ་འདི་ནི་མི་ལོ་སྟོང་སྒྲུག་གི་ལོ་
རྒྱུས་ཀྱི་ཚུ་མགོ་གངས་རི་ལ་ཐུག་ཅིང་། ཚུ་རྩ་རྒྱ་མཆོར་འདྲེས།
གནའ་རབས་གཟེ་བརྟེན་ཀྱིས་བྱུངས་ཏེ་དེར་རབས་ཀྱི་འཆོ་བར་
མདུན་སྟོད་ཀྱི་བཞུར་སྒྲོག་པའི་མི་རིགས་འདི་ཡང་ཁྱེད་ལ་
བརྟེན་ནས་འཆར་ཡོངས་བྱུང་། ཁྱེད་ནི་འགྲོ་བཀུན་གྱི་སྒྲོམ་
གདུང་སེལ་བའི་ཞི་བདེའི་བདུད་ཅིས་གཏམས་པའི་གནས་ཤིག་
ལགས་ཀྱང་། རྒྱ་བྱུར་དུ་སྒྲུབ་པའི་གདུག་རྒྱུ་བཞི་གཏུམ་དག་ཅན་

གྱི་སེང་གེ་རྩེར་མཆོངས། ཡུལ་གྱ་འདིའི་གནའ་རབས་ཀྱི་ལོ་
རྒྱུས་དང་རྩེན་པའི་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ཡོད་ཆོད་ཅ་མེད་བཅོས་
པར་མ་བཟད་སྒྱུ་པོ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ལང་བ་ཞིག་གི་ཆོ་སྒྲོག་པོར་
བཞི་འཇམ་གྱིང་གི་མཐོང་ཆོས་སུ་གྱུར། ད་དུང་སྒྲིབ་རྩེ་བུལ་
བའི་མི་ཡུལ་གྱི་སྒྲིན་པོའི་འོག་དུ་སྒྲུ་སྒྲོག་པོར་དང་པོར་བཞིན་
པ་ལ་མ་བཟོད་པར་རྩ་རྩེན་ཡུལ་དུ་རྩེར་དར་བྱུང་བྱུང་བའི་དཔལ་
ལྷའི་དུས་ཆེན་ཟེར་བ་ལོ་རྩེར་པོད་ཆུ་བརྒྱུ་པའི་ཆོས་བཅོ་ལྷའི་ཉིན་
སྲུང་བཅི་བཞུ་བ་དང་། གྲ་དགྲུ་ལོའི་ནོར་མེ་ཞི་བདེའི་གཟེངས་
ཉགས་འཕགས་མཆོག་གངས་རིའི་མགོན་པོ་ལ་བརྩུལ་བའི་ཉིན་
མོ་གཉིས་དུས་མཚུངས་སུ་ང་དང་འཐབ་གྲོགས་མང་དག་ཅིག་
གོམ་པའི་འདེགས་འཛོག་བརྒྱུར་ནས་དཔའ་པོ་དཔའ་མོ་རྣམས་
པའི་རྩེས་སུ་བསྒྲུགས། མཐོ་སྒྲུང་གི་དགུན་རྩེད་གང་སར་བར་
མེད་ལྷང་ཞིང་བཅོན་ཁང་གི་ཁོར་ཡུག་གྲང་ངར་གིས་བསྐྱབས།
ཉིན་དེའི་དགོང་དྲོ་ལུས་ལ་གྱོན་པའི་གོས་རྣམས་བཅོན་ཤེད་ཀྱིས་
ཕུད་ནས་མི་ཆོས་ལས་འདས་པའི་སྒྲུག་སྒྲིབ་གི་བྱ་ཐབས་འོག་
གནས་རྒྱལ་ཅམ་མ་དྲིས་པར་མི་སྒྲུ་ལྷ་དུག་ཅམ་གྱིས་སྒྲོག་རྒྱག་
དང་། རྩུགས་རྩེད་དེ་བཞིན་རྟེན་རག་གི་ཆབ་ཅེ། ལྷང་མའི་
ལལ་ག་ རྟོག་ཐོ་བཞུ་བ་བཅས་མའི་ལུས་ཐོག་དུ་དུང་འགྲོ་བྱི་
ཕག་ལ་ཡང་གཏོང་བམི་བཟོད་པའི་མ་ནར་གཅོད་བཏང་ནས་
ཞིགས་པའི་རྒྱ་ཆོད་བཞི་ང་བར་བསུན་གཙོར་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོ་
ནས་མནར་གཅོད་བཏང་། དེ་རྩེས་གཉའ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཐུན་
ཁང་ཞིག་གི་ནང་དུ་བརྒྱུག་བྱ་སེམ་པའི་མཆོན་རྒྱུངས་དེར་ཡིད་

ལྷན་ཚུལ་པོ་ཙམ་པ་རྣམས་ཀྱང་སྤྱི་པའི་གཉིད་ལས་དྲུག་ལ།
 ཉིན་དེའི་འདྲི་ཅན་ཤེད་ས་ཁང་པ་དེ་ནས་ཅུང་ཐག་རིང་ཙམ་འགྲོ་
 དགོས་པར་བརྟེན་གཟུགས་གཞི་ཡོངས་ལ་ན་ཟུག་ཆེ་བས་རང་
 འཛོམ་ཟེན་པར་འཁྱོར་གཞི་སྤྱི་པའི་ནས་འགྲོ་མ་ཐུབ་པར་
 ལས་བྱ་བ་དེས་དྲུད་མ་འབྱུང་དེད་ཀྱིས་འདྲི་བཅུད་ཁང་དེར་
 འབྱིད། ཐོག་མར་ཁོ་མོའི་ལག་གཉིས་ལ་ལག་ཕྱགས་བརྒྱབ་
 པའི་ཐོག་སྤྱི་པའི་དྲུག་ནས་ལས་བྱ་བ་ཞིག་གིས་རྒྱུ་པ་འདྲ་
 བ་ཞིག་ཕྱགས་ཆེར་བརྒྱན་པས་ཁོག་པའི་ནང་སྤྱི་པའི་ཆེན་མོ་རྣམས་
 བཅ་ཚུན་དྲུག་པ་ལྟར་ཁ་ནས་སྤྱད་ཆ་ཙམ་ཡང་མི་ཐོན་པར་
 སྤྱར་ཆ་ཁ་གསལ་རིང་དུན་པ་ཐོར་བ་ལྟར་ཐེངས་འགའ་བྱས་པ་
 དང་། འབྲིག་གི་ཡུར་བ་ཙམ་གྱི་ཕྱགས་དོག་ལུས་ལ་བརྒྱན་པ་
 མོགས་མི་ཆོས་ལས་འདས་པའི་མཉམ་གཏོད་དང་འཛིགས་
 བརྒྱལ་སྤྱོད་ཆོག་པའི་ཁོ་མོའི་ཆོད་ཆོད་ལུས་ཀྱི་ཐེར་
 བ་དང་པོར་རང་བཅུན་ཟེར་བ་ཉིན་མོའི་ཆེ་ལམ་ཡིན་པ་མོགས་
 ཀྱི་ཆོག་ཕྱབ་སྤྱོད་ཆོག་པའི་ལྷན་ཚུལ་པའི་བརྒྱལ་བཞུགས་ཀྱིས་ངོ་
 གོལ་བྱས་པ་ལས་བྱ་བ་ཐབས་ལེ་ནས་མི་འདུག་སྤྱི་པའི་མང་བའི་
 མི་ཡུལ་གྱི་མིན་པོས་ཁོ་མོའི་ལུས་སྤྱི་པའི་འཕངས་པའི་ཁྲིམས་
 གཏོད་དེ་དག་གིས་ཁོ་མོའི་ལྷན་ཚུལ་པའི་ཡང་ཆོད་དེ་མེད་
 ཀྱི་གཟི་མངས་མཉམ་པ་ལྟར་ལམ་གྱི་སྤྱོད་པོས་མཉམས་ཡོངས་རྒྱུགས་
 སྤྱད་ཅིག་ཉིད་ལ་སྤྱི་པའི་བཅོམ་པའི་མེ་ཏོག་རྒྱར་གྱུར། ཡ་
 ང་སྤྱི་པའི་མེད་པའི་མཉམ་གཏོད་ཀྱི་བཅོམ་པའི་བསྐྱེད་བྱལ་ནས་སྤྱད་
 ངན་སྤྱི་པའི་ཐོག་གཞི་ཡོངས་ལྷན་ཚུལ་པའི་ཡང་ཆོད་དེ་མེད་
 པའི་ཐང་སྤྱི་པའི་གཅེར་ཏེ་ནས་རིང་གི་སྤྱི་པའི་བསྐྱེད་བྱལ་དེ་མཉམ་
 བརྒྱལ་ཏེ་སྤྱི་པའི་བསྐྱེད་བྱལ་ཀྱི་འོད་སྤྱི་པའི་ཡང་ཆོད་དེ་མེད་
 ཐོག་པའི་མེད་པའི་སྤྱི་པའི་ཡང་ཆོད་དེ་མེད་།

ངོ་མ། བེང་ལ་ལྷན་ཚུལ་པའི་མེད་ན་སྤྱི་པའི་མི་ལ་རྒྱལ་
 ཅུ་མེད་ན་ཡམས་འགྲོ། ཟེར་བ་ཅིས་མི་བདེ། ལྷན་ཚུལ་པའི་མེད་ནས་
 མེད་ཀྱི་གནས་སྤྱི་པའི་བསྐྱེད་བྱལ་དང་བཞུར་པ་གཞན་ཞིག་ག་

ལ་ཆེད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་རང་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་བཅོམ་བྱལ་ནས་
 བདག་གི་གོམ་སྤྱི་པའི་ལྷན་ཚུལ་པའི་ཡུལ་དུ་མི་བརྒྱར་ཐབས་
 མེད་བྱུང། འོན་ཀྱང་སྤྱི་པའི་ནས་དང་སྤྱི་པའི་དམར། འབྲིག་སྤྱི་
 ཡིས་འཛིགས་སྤྱི་པའི་རི་ལྟར་གཟན་ཡང་འང་འཛོན་གྱི་
 དེད་བས་རིས་ནི་སྤྱི་པའི་ཏུ་མི་སྤྱོད་པར་སྤྱི་པའི་རང་མཉམ་ས་
 ཉིད་དུ་ངོམས་པ་ཡིན་པས་ང་ཆོད་མཉམས་པ་བག་འཁུམས་དོན་
 མེད་ལ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་དོག་པ་འཆར་དགོས་དོན་མེད། ལྷན་ཚུལ་དང་།
 ལྷན་ཚུལ་པའི་རི་ལྟར་མཉམས་གཟུང་ལྟར་བས་འཁུམས་པ་མི་ཡིན་
 ལ་། མངོན་སུམ་མིག་དྲུག་པའི་བསྐྱེད་བྱལ་ཁོངས་ཁོངས་ལ་
 དཀར་འཇམ་གྱི་གཟི་འོད་འཆར་ཞིང་ལྷན་ཚུལ་པའི་རི་ལྟར་གཟི་
 ལྷན་ཚུལ་པའི་བག་འཁུམས་དང་རན་ཞེན་གྱི་ཆ་ཙམ་དཔེ། ཨེ་མ།
 གསར་སྤྱི་པའི་གཞོན་ནུ་རྣམས་རང་རྒྱལ་གཞན་པའི་ལྷན་
 བས་དོར་བའི་སྤྱི་པའི་མཉམ་པའི་རི་ལྟར་འདྲི་མེད་ཆོད་མཉམ་
 རས་མཉམ་དུ་སྤྱོད་དགོས་པའི་ལམ་སྤྱོད་ཁོ་ན་དང་། དེ་བས་
 ཀྱང་ང་ཆོད་མཉམ་པའི་གཟུགས་ལྷན་ཚུལ་པའི་གཏོད་མ་བཅོམ་པར་
 མིའི་ལུང་པར་བཅུན་བྱུ་ཡོང་བ་ཡིན་པས། རང་དབང་
 གི་ལུང་པ་འདི་ནས་ང་ཆོས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱི་པའི་གསོ་
 ཤེད་ཆེད་རང་རྒྱལ་གང་ཡོད་འབྲུལ་དགོས་པ་ནི་རང་ཡུལ་དང་
 བྱལ་ནས་ཡོང་བའི་མཉམ་པའི་རི་ལྟར་ལ། དེ་ནི་ང་ཆོད་མཉམ་
 སྤྱི་པའི་རང་དབང་བཅོམ་ལེན་གྱི་འགག་ཅུང་མ་དེ་ཡང་ཡིན་
 ནོ།།

སྒྲོང་འཆར་གྱི་བརྩེ་དྲུང་།

བསྟན་འཛིན་འབྲུག་ཀྱུལ། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

བསམ་གཞིགས་སྒྲོང་གིས་འབྲུལ་མི་ཐུབ་པའི་ཟུམ་འབྲུའི་འདྲེ་མང་ཨང་།

ཕྱང་ཟིན་པའི་བྱ་གཞག་ལ་འགྲོད་གདུང་དང་འབྲུང་འབྲུར་གྱི་སྒྲོང་འཆར་ལ་ཆད་འཛིན་བྱེད་པ་ནི་སྤྱན་པོས་རང་མཆང་བརྟོན་པ་ལས་མ་ངེས་ཀྱང་། ནམ་ཞིག་ནས་འགོས་པ་སྤྱི་ལོས་མི་ཤེས་པའི་སེམས་ཀྱི་གསང་བའི་འངམ་ནད་གཅིག་གིས་ལུས་སྒྲོབས་ཡོད་ཆད་པངས་མེད་དུ་བཏང་བ་ན། ཆེས་ཉེ་བའི་གྲོགས་པོ་ཞིག་གིས་བཅོས་མིན་སེམས་ཁྲར་ཆེན་པོས་འདྲི་དྲགས་ལ་རྒྱུ་རེད་དུ་སྤྱོད་པའི་གདམ་ཐུང་ཞིག་སྒྲོང་བར་མོས་ཀྱང་། རོ་ཐུག་སྒྲུ་བའི་ཕྱི་རྩེ་འཆར་སྒྲོང་གིས་བཅིངས་ཏེ་སྒྲུ་མེད་སྒྲུག་རྩེ་ནས་འབྲེལ་དགོས་ཐུང་། ཐོག་མར་ངས་མོ་རང་སྤྱི་ཆང་གི་མཛེས་མ་དང་ཅི་ཞིག་གི་སྒྲུང་ཡོང་བ་མི་ཤེས་པའི་གནས་འདི་ན་སྒྲིག་ཅུམས་ཀྱི་གོ་མོ་འགྲོས་དང་བྱ་རྒྱུ་གཤམ་ཐུང་དང་འདྲ་བའི་སྤྱན་ཞགས་ཀྱིས་བརྟོན་མི་ཤེས་པའི་ཆོར་ཡོད་ཆད་དུ་མ་བཟག་དུ་བཏང་།

དེ་ནས་བཟུང་བྲེལ་འཇུབ་ཁྱེན་པའི་རྩི་མས་ཀྱང་གཡོ་བ་འཛིགས་པའི་གཟུགས་འཛིན་གྱི་མེ་ཡོང་བྱང་ན་ནམ་ཡང་ཡལ་སྤུབ་མེད་པའི་བཞིན་རྒྱ་གསར་བས་ཁོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་ཐུས་ཏེ་ཟོལ་མེད་བརྩེ་དྲུང་གི་ཟུམ་འབྲུལ་དབང་མེད་དུ་འགྲོག་དེ་ནི་བརྩེ་བའི་རྩི་མོས་བཟོས་པ་ཡིན་ནམ་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་སྤྲིམས་བཅད་པ་ཡིན་ནམ། གང་ལྟར་ངའི་འབྲུལ་ཐུགས་ཀྱི་

འདི་ནི་མི་ལམ་གྱི་འབྲུལ་སྒྲོང་དང་མངོན་སུམ་གྱི་མཐོང་བ་གང་ཡིན་བརྟོན་མི་ཤེས་པའི་ལོ་རྒྱུ་འགའི་ནང་དེད་གཉིས་བར་གཞན་གྱིས་སྒྲོང་སྒྲོགས་དང་མཐུན་པའི་གསང་བའི་དྲུང་བ་ཟབ་མོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་སོམ་ཉི་མེད་གོས། རྒྱ་མཚན་ནི། བཟོད་མི་ཐུབ་པའི་ཆོར་བ་དྲག་པོས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བའི་བཞིན་གྱི་བརྩེ་མདངས་དང་སྤྱི་ལའང་བཞུ་མི་རྒྱས་པའི་ཟུར་འབྲོག་གི་མིག་མདའ་དེ་དེ་གྱི་སྒྲོང་ཁམས་དབྱས་སུ་རྩི་རྩར་ཟུག་པ་སྤྱི་ལོས་ཤེས།

འོན་ཏང་། བརྩེ་དྲུང་ལ་གངས་ཆད་མེད་ཀྱང་དུས་བཀག་གི་བགྲང་བྱ་རྒྱུགས་པ་དང་མོ་རང་ཡང་དགོད་རྒྱ་དང་དགའ་ཉམས་མེད་པ་གནས་འདི་ནས་ཁྲ་སིམ་མེར་འགྲོ་བ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། ཁོ་བོ་ཡང་ལོ་ཤས་བསམས་པའི་བརྩེ་དྲུང་གི་གོང་བུ་དེ་སེམས་ཁོང་ནས་རྩི་རྩར་བཏོན་པའི་སྒྲོང་འདྲང་ཞིག་གིས་ནམ་དུས་ཡལ་ཁོང་ཤེས་རྒྱུ་གྱིས་ཟིན་པའི་ཆོར་བ་ཡོད་ཆད་བཏང་སྒྲོམས་སུ་བཞག་སྤུས་དེར་དེད་ཀྱི་མིག་ལམ་དུ་གསལ་ཆ་མེད་པའི་བྱ་མོ་ཞིག་གིས་ཁ་ཏ་དང་ལག་གཡུག་བྱེད་ཅིང་མིག་ཟུར་ནས་ཆེས་དཀོན་པའི་ལྷ་ཉིག་དོག་པོ་འགའ་བདག་ལ་དྲན་དེན་དུ་བྱིན། ཅིའི་ཕྱིར་ངས་དེ་ལ་གསལ་འདེབས་ཤིག་བྱེད་

མི་ལུས། བྱི་ཉིན་ནམ་ལངས་པ་ན་གནས་འདིར་ང་རང་གཅིག་
 ཕར་ཆོར་ཁིང་རྒྱན་དུ་སྦྱིད་ཉམས་ལྡན་པའི་འདྲིན་ཁང་དེ་ཡང་
 རྒྱ་མདོག་གིས་ཁེངས་ཤིང་ཉག་དུ་བྱ་ར་བསྐྱེམས་པའི་རྒྱུ་རྟེན་གས་
 དེ་ནི་སྤོང་ལྡང་དེར་གྱུར་འདུག ཅི་ཞིག་བྱས་ན་ངའི་སྤོང་འཆར་
 དེ་སེལ་རྒྱས། གང་དུ་བསྐྱོད་ན་ངས་ཁོ་མོ་བརྟེན་སྤྱོད། ངས་
 བརྟེན་དུང་ལ་འཁང་ར་བརྟེན་སྤོང་འདུར་ལ་རེ་ཐག་བཅད།
 ཡོད་ཆད་སྤོང་སྤོང་ལ་བརྟེན་ཅིང་བརྟེན་པའི་འཆིང་ཐག་ལས་གྲོལ་
 ཐུབ་ཅམ་བྱུང་ཡང་། སུམ་བརྒྱ་དུག་བརྒྱ་འཁོར་པའི་ཉིན་མོ་
 ཞིག་ན་ཅི་བསམ་མེད་པར་ཁྱོད་རང་བདེ་པོ་ཡིན་པས། ང་ཆོ་

ཡང་རྒྱུར་གཅིག་ཐུག་སོང་ཞེས་ཐོས་སྤོང་ལྡན་པའི་འངམ་སྟན་
 གྱི་སྤྱད་སྤྱད་སེམས་སྤོང་གི་ནད་སྤོང་རྒྱུར་སྤོང་བྱེད་ཅིང་སྤོང་
 ཁམས་ཀྱི་འཕར་ཅ་རྒྱུར་མོར་གྱུར་བས། ངས་འདར་འདར་
 གྱིས་དལ་བྱར་མགོ་བོ་བྱར་དུ་འབྱོག་པ་ན། གནག་སྐྱམ་གྱི་སྤྱོད་
 ལོ་མཛེས་ཤིང་བོད་སྤོང་གྱི་ཕུ་པ་བྱོན་པའི་གཟུགས་ལེགས་མ་
 དེ་ནི་ངའི་ཤེལ་སྤོང་གྱི་ནད་གི་མོག་མོག་དང་མི་ལམ་གྱི་མཛེས་
 མོ་སྤོང་རྒྱུར་ཡང་གནས་འདི་ན་བདག་ལ་འཆར་སྤོང་སྤྱིན་པར་
 སྤོང་བས་འདུག་པས་ཁྱོད་ཆོས་ལེགས་པར་གཟིགས་ཤིག།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འདར་རྒྱག་རྒྱུར་མོ།

ཆོ་རྟོག་། (ཉི་མ་ལ་ཡའི་དགེ་ལོས།)

མ་ལུས་ཤེས་བྱའི་མཛོད་ལ་མངའ་བརྟེན་གྱིང་།
 མ་ལུས་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་གཅིག་པུ།
 མ་ལུས་གདམས་ངག་ཟས་ཀྱིས་སྟོབ་མཛད་པའི།
 མ་ལུས་རྒྱལ་བ་སྐྱས་བཅས་ཕྱག་གི་ཡུལ།
 འདས་ཟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་འདར་རྒྱག་རེ་བྱེད་དུས། ངའི་
 སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་དེ་ཆེ་ནས་དེ་ཆེ། ངའི་མིག་གི་མཆི་མ་དེ་
 མང་དང་དེ་མང། ངའི་སྤོང་གི་དོག་སྤོང་མཁྱོགས་དང་དེ་
 མཁྱོགས། ངའི་དབྱགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་དེ་ལྷུང་དང་དེ་ལྷུང་། རྒྱང་
 བཞུད་ཀྱི་སྐས་མོ་ལགས། ཁྱོད་ནི་ངའི་ཁོག་པའི་སྤོང་དུ་མ་ཡིན་
 ལ། མིག་གི་རྒྱལ་མོ་ཡང་ཡིན། ཁྱོད་ང་དང་དེ་རིང་དུ་བཞུད་
 དུས། ངའི་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་སྐུ་ལ་བརྟེན། ངའི་ཡིད་ཀྱི་ཆོར་
 བ་སྐུ་ཡིས་དཔོག ངའི་སྐྱག་གི་འཁྱུར་སྐུ་ཡིས་གོ ངའི་མིག་
 ནས་མཆི་མ་བཞུར་བ་སྐུ་ཡིས་མཐོང་། ཁྱོད་མེད་པའི་ཉིན་མོ་
 དེ་ནས་བཟུང་། འདིག་ཉིན་གྱི་ཉི་མ་རྒྱས་གསུམ་གྱིས་ཀྱང་། མི་

དགའ་བའི་འཁང་ར་དང་སྤང་མིག་བགྱེད་ཅིང་ངའི་སེམས་ལ་
 རྒྱག་གི་རྒྱ་འཁྱུག་སྐྱགས་ལ། དི་ཞིམ་གྱི་པད་མ་ཡང་དི་ངན་
 དུ་གྱུར། བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་འཆོ་བ་མངར་མོ་བྱན་གདུང་གི་རྒྱང་འཁྱུག་
 ཀྱིས་བརྒྱགས། མདོར་ན་ཅི་བདོག་ཀྱང་། མི་སྐྱག་པའི་རང་
 བཞིན་དུ་གྱུར། བརྒྱན་འདྲིན་ལགས། རྒྱང་བཞུད་ཀྱི་རྒྱ་བྱ་
 དགར་མོ། ངའི་སེམས་ལ་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་དི་མ་དག་ཅིང་རྒྱག་བསྐྱུ་
 གྱི་དེག་པ་ཆགས། བདག་ནི་ཁྱོད་དང་དེ་འགྲུངས་སུ་གྱུར་བའི་
 འཆོ་བ་རྒྱུར་མོའི་བཀུལ་ལམ་དུ་སྤྱོད་གས་ཤིང་། ཁེར་རྒྱང་གི་
 རྒྱས་གར་འདི་འཁྱུག་པ་ལས་དབང་བཅན་པོ་ལས་མ་འདས།
 མཆོག་གསུམ་མཁྱེན། ལས་དབང་གིས་བརྟེན་དུང་གི་དུ་སྐྱག་
 བདག་ལ་བརྒྱས་བཅོས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུས་དང་ཁྱོད་གུན་གྱི་ལུང་བ་
 འཕེན། དེ་བས་ངའི་སེམས་ལ་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོར་པ་ཁ་ཆག་རྒྱ་
 རལ་དུ་གྱུར་ལ། བརྟེན་གདུང་གི་མེ་ཏོག་སད་སེར་གྱིས་བཅོས།

བསེལ་ཟེར་འོག་གི་དྲན་གསེ།

ཆེ་རིང་རྒྱ་བ། (རིག་གནས་ཁ་པ།)

༡༥

ཆུ་སྐྱེས་ཀྱི་འདབ་མ་ཟུམ་ཞིང་། ཀླུ་མུང་གི་འཇུག་ཁ་དགོན་
 པའི་མཚན་མོ་འདིར། ངས་ཁེར་རྒྱུ་རྩེ་ལོང་འཛིན་པའི་
 བསེལ་འོད་བདུས་ཤིང་། འདས་ཟེན་པའི་དེད་གཉིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུར་
 ཟེར་དྲན་བྱས། ལོ་དེ་དག་ཏུ། བཅན་འཇུག་པའི་གང་རྒྱུང་
 ཤིན་ཏུ་ལྷང་བས་སྤྱོད་ཆེ་མང་པོའི་ཆོ་སྤྲོད་གི་སྤྱོད་མེས་སྤོད་ཀྱི་
 ཐུ་སྐྱེར་འཇུག་ཏེ་ཐུན་པའི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ཏུ་བཞུད་ཅིང་། རྒྱལ་
 ཞེན་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་བསྐྱོད་ཅུ་གཅིད་པའི་སྤྱོད་མེས་དུས།
 རྒྱང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་གང་ཡང་ཡིད་གཏུང་གི་རྒྱགས་སྤེ་
 ལས་མེད་ཀྱང་། རྒྱལ་གཅེས་ཀྱི་ཁྲ་ཚུར་ཤིན་ཏུ་དམ་ལ། བཅོ་
 གཏུང་གི་དྲོད་རྒྱབས་ཏེ་ཅང་ཆེ་བས། དེད་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུང་འགོ་
 ཡིད་ཆད་དང་གཏུང་བས་མནར་སྤོང་མེད། རྒྱབས་དེ་དུས།
 ཆང་ཁང་དང་། ཟ་ཁང་། འདུ་ལོང་ཆེ་བའི་ཆོང་འདུས་སོགས་
 སྤྱོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་བའི་དྲི་བསྐྱུང་ཤིན་ཏུ་ཞིམ་ཨ།

༡༦

གཞན་དབང་སྐྱུར་གྱིས་བཟེ་བའི་ང་། ཁྱེད་རང་ལ་སྤེ་བྱས་
 འཆལ་ཞིང་། མི་རིགས་འདིའི་ལས་དབང་སྤྲུག་ཏུ་འཁྱུར་ཏེ་
 ཉེ་མ་ལ་ཡར་དོག་སྤེ་བཞག་སྐབས། གངས་འབྱུག་དང་དཀར་
 གཟར་བའི་རི་སྤུལ་ན། ཉམ་ཐག་པའི་སྤྱོད་ཆེ་མང་པོའི་རྒྱལ་
 ཤེས་རིག་ལ། དུས་གཏན་དུ་དྲན་པའི་བསྐྱེད་མེད་མགོན་པོ་ཞིག་
 གི་ཞབས་རྒྱུས་རིག་ རོ་མ་བཤད་ན། རྒྱབས་དེ་དུས་ཀྱི་ངའི་
 སེམས་པ་ནི་དགའ་ཡང་དགའ་ལ་སྤྱུག་ཀྱང་སྤྱུག།

༡༧

མེ་ཏོག་སྤྱོད་གས་བཞད་པའི་བཅན་ཤྱོད་པའི་ལུས་རྩེའི་ཁྱོད།
 ཅ་བ་གསར་དུ་འཇུགས་པའི་ཉམ་རྒྱུང་རར། མཐོང་རྒྱུང་དང་
 ཁྱད་གསོད་ཀྱི་སྤྲུག་དབང་མང་དུ་རག་ལ། ཅ་བ་གཅིག་པའི་
 མེ་ཏོག་ཆོ་ཞིག་གིས། “ཁྱེད་ལ་ཟེར་ཟེར་གི་སྤྱོད་མེས་སྤོད་དང་།
 རིགས་གཞན་ཀྱི་ལོ་འདབ་སོགས་མི་འདུག་པས། དྲི་བསྐྱུང་
 མི་འདུག་”ཟེར། འོན་ཏེ། ཡིད་ལམ་པ་ཞིག་ལ་ཁོ་ཆོ་ལལ་
 ཆེ་བས་སེམས་པ་ནི་དཔལ་འཕྱོར་གི་ཟེལ་མངར་ཡིན་པ་དང་།
 སྤོང་བཞི་ཨ་རིའི་ལུས་རྩེ་དེ། ད་དུང་ཁོང་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་
 རྒྱུང་ཟུང་ཅི་ཞིག་ལ་ཁེན་ཏེ་ཡོད་པ་མི་རྟོགས་པར་འདུག དེ་
 རས་བཟུང་དྲོད་ ངས་ཁྱེད་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་བཞིན་
 རས་དྲན་ཞིང་། ལས་དབང་གིས་བསྐྱེས་པའི་རེ་བ་སྐྱུར་མོ་ཞིག་
 ལ་རེ་སྤྱུག་ཤེད་པའི་སྤྱོད་ཟུང་དྲན། ཡིན་ནའང་། ངས་ནམ་
 ཡང་ཡིད་ཆེས་པ་ནི་བདེན་པའི་སྤྱོད་མེ་ཡིན་པ་དང་། རམ་ཡང་
 བསམ་པ་ནི་སྤྱོད་རྒྱུ་ཆེད་འདུ་ཤེས་ཡིན་པས། ཞེ་སྤྱོད་ན་མི་འདུག་
 ལ། ཁྱོ་བའང་སྐད་ཅིག་མེད་མོད། ཤོག་བུ་རྒྱུང་ཁྱེར་རྒྱ་བའི་
 ལུས་རྩེ་འདིའི་མེ་ཏོག་ཆོད་མ་འོངས་པའི་ལས་དབང་ལ་སེམས་
 ངལ་གྱི་ཁྲུར་བུ་ཤིན་ཏུ་ཆུ། གཟིགས་དང་། རོ་དགོང་གི་དུང་
 རྒྱུ་ཏེ་ཅང་སྤོང་ཞིང་དྲངས།

གནའ་སྐྱེའི་དུས་ཤིག

(Once Upon A Time by Gabriel Okara)

སྐུར་ཚུམ་རྩ་ཁྲིའི་གར་སྐབས། (རིག་གནས་ཀྱི་པ།)

སྐུར་ཚུམ་དང་སྐུར་ཚུམ་གཉིས་ཀར་མཁས་ཤིང་སྐུར་པར་གྲགས་
 པའི་ཚུམ་པ་པོ་ལྟ་བུ་རལ་ཨོ་ཀ་ར་མཆོག་ནི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༣༡ ལོར་
 འབྲངས་ཤིང་། ཁོང་ནི་ན་ཇི་རི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་དུ་ཚུམ་རིག་ཐོག་
 ཆེས་ལུ་བྱུང་གི་མཁས་ཆེན་མི་སྤྲིག་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༧ ལོར་
 ཁོང་གི་སྐུར་ཚུམ་ཕྱོགས་བསྒྲིལ་ (ན་པའི་གདུང་འདོད་(The
 Fisherman's Invocation) ཞེས་པ་དེར་རྒྱལ་ཕྱན་
 མཐུན་འབྲེལ་གྱི་བྱ་དགའ་(The Common Wealth
 prize) ཞེས་པ་ཐོབ་ཐྱིད་ཡོད།

སྐུར་ཚུམ་(Once Upon A Time)(གནའ་སྐྱེའི་དུས་
 ཤིག) ཞེས་པའི་སྐུར་ཚུམ་འདིའི་ནང་ཚུམ་པ་པོས་རང་ཉིད་ཀྱི་
 བྱ་ལ་སྐྱེས་སྤྱོད་དང་སྤོ་ཐག་ཉེ་བའི་རང་ད་ལྟོ་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་
 བཅོས་མའི་ནུས་འགྱུར་སྐྱོར་སྐྱོང་བཞིན་ཡང་བ་དང་། རང་
 ཉིད་ཀྱི་གནའ་སྐྱེའི་བཅོས་མེན་གྱི་རང་བཞིན་བཟང་པོ་སྐྱར་
 གསོ་བྱ་བའི་འདུན་པ་སྤྱོད་ཡོད།

བྱ། གནའ་སྐྱེའི་དུས་ལ།
 ཁོ་ཆོས་གད་མི་སྤྱོད་དཔུས་ནས་དགོད་བཞིན།
 མིག་བྱུང་དང་ལྟན་དུ་གད་མི་དགོད།
 དེ་ནི་དངོས་འབྲེལ་གྱི་དུས་བཟང་ཞིག་སྟེ།
 ཁོ་ཆོས་སྤྱོད་དཔུས་ནས་ལག་པ་གཏོང་བར་བྱེད།
 བྱ། འོན་ཀྱང་། དུས་དེ་འདས་ཟིན།
 ད་ཆ་ཁོ་ཆོས་སོ་ཙམ་བསྐྱན་ནས་གད་མི་དགོད་ཅིང་།

འབྲགས་རོམ་ལྟར་གང་བའི་མིག་བྱུང་གིས།
 ངའི་གྲིབ་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྤྱོད་ལ་འཆོལ་སྟེགས་བྱེད།
 ཁོ་ཆོས་དུང་སེམས་མེད་པར་ལག་པ་གཏོང་བཞིན།
 ལག་གཡོན་མས་ངའི་ཁྲག་མ་སྤྱོད་པ་འཆོལ་བར་བྱེད།
 ཁོ་ཆོས་ནང་དུ་ཐེབས། སྐར་ཡང་ཐེབས་ཟེར་བ་བཞིན།
 ང་ཐེངས་གཅིག་དང་གཉིས་ཟིན། གསུམ་པ་མེད།
 ཐེངས་གསུམ་པའི་སྤྱོད་མ་ཡང་ང་ལ་གཏན་ཟིན།
 བྱ། དེ་ལྟར། ངས་ཀྱང་ནུས་འགྱུར་གང་མང་ཤིས།
 གདོང་སྐྱགས་འདྲ་མིན་གྱོན་ཤིས།
 གྱོན་ཆས་འདྲ་མིན་སྤྱོད་ཆོགས་གྱོན་པ་བཞིན།
 གདོང་སྐྱགས་ཀྱང་།
 བྱིས་ཀྱི་གདོང་སྐྱགས།
 ལས་ཁུངས་ཀྱི་གདོང་སྐྱགས།
 བྱིན་བདག་གི་གདོང་སྐྱགས།
 ར་བཟིའི་གདོང་སྐྱགས་སོགས་གྱོན་ཤིས་པ་བཞིན།
 རི་མོར་བཀོད་པའི་འཇུག་མདངས་ཤིག་ངས་སྟོན་ཤིས།
 ངས་སོ་ཙམ་བསྐྱན་ནས་གད་མི་དགོད་ཤིས་ལ།
 དུང་སེམས་མེད་པར་ལག་པ་ཡང་གཏོང་ཤིས།
 ཐུག་མ་འདོད་ཀྱང་།
 ཡང་སྐྱར་མཇུག་ཡོད།
 མི་དགའ་ཡང་།
 བྱེད་མཇུག་བས་དགའ།

ཉོབ་ཀྱང་།
 ཁྱད་ལྷན་དུ་བཀའ་མོལ་བཟང་མོགས་སྒྲ་ཤེས།
 འོན་ཀྱང་།
 བྲ། ཡིད་ཆེས་བྱིས་དང་།
 ངས་ཁྱོད་བཞིན་གནའ་སྒྲ་མོལ་དུས་དེ་འདྲི།
 མ་ཟད། ངས་གད་མོ་དགོད་སྒྲ་ངས་སྒྲ་ཡང་སྒྲོང་འདྲི།
 ངས་མེ་ལོང་ལ་བཞུས་ནས་དགོད་དུས།

དུག་ལྷལ་གྱི་མཆེ་བ་དང་མཆོངས་པའི་མོ་ལས་གཞན་མི་
 མངོན།
 དེས་ན། བྲ། ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲོབས་དང་།
 ངས་གད་མོ་དང་འདྲུམ་མདངས་ཇི་ལྟར་སྒྲོན་དགོས།
 སྒྲོན་ཆད་ངས་ཇི་ལྟར་བགད་ཡོད་དམ།
 ཁྱོད་བཞིན།
 ངས། གནའ་སྒྲ་མོལ་དུས་ལ་བྱིར་སྒྲོག་འདྲི།



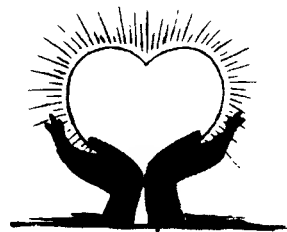
སྒྲ་གཞི། [True love] by William Shakespeare

(སྤྱི་ལོ་མ་ཤེས་པའི་) ཀྱིས་བརྩམས། (༡༥༦༤-༡༦༡༦)

དཔེ་ཁྱོད་ཆོག་ཡང་གིས་བསྒྲ། (རིག་གནས་ཀྱི་པ།)

ངས་ལྷན་མེད་ཀྱི་འབྲེལ་སེམས་ལ་གོགས་མི་བྱེད།
 བརྟེ་བ་དེ་བསྒྲར་རྒྱུན་གྱིས་འགྱུར།
 ཡང་ན་ དེ་སྤྱི་གིས་དྲེགས་འགྱུ་ཐེབས་ན།
 བརྟེ་བ་དེ་བརྟེ་བ་མ་ཡིན།
 འོ་ཡིན་མི་བྱེད། དེ་ནི་ཉག་སྒྲར་གྱི་མཆོན་ཉགས་ཤིག
 རྒྱ་མཆོལ་ན་རྒྱབས་ཀྱི་རྒྱང་འཆུབ་ལ་རྩོས།
 ད་དུང་.....གཡོ་འགྱུ་བྲལ།
 དེ་ནི་འཁྲུམ་ཉུལ་གྱི་བྲུ་གཟེངས་ལ་ལམ་སྒྲོན་གྱི་སྐར་མ་ཞིག
 དེ་དང་རྒྱང་ཐག་གི་རིང་ཆད་གཞལ་ཡང་།
 དེའི་རིན་ཐང་དེ་ཅིས་ཀྱང་རྟོགས་ནུས།
 བརྟེ་བ་དེ་དུས་ཆོད་ཀྱི་རྩེད་ཆས་མ་ཡིན།
 འོན་ཀྱང་.....མཆུ་སྒྲོས་དང་མཁུར་ཆོས་དམར་པོ།
 དུས་ཆོད་ཀྱི་འཁོར་རྒྱུམ་ལ་སྒྲེབས་ཀྱང་།
 བརྟེ་བ་ནི་དུས་ཆོད་དང་ལོ་རྒྱུའི་འཁོར་བརྩོད་དུ་མ་ཆུད།

ཡང་ན་ བརྟེ་བ་དེ་འཛིག་རྟེན་མ་སྒྲོངས་པར་འཆོ་
 བཞུགས་བྱུང་ངས།
 གལ་ཏེ་ སྤྱི་གིས་བརྟེ་བ་དེ་ནོར་འཁྲུལ་དུ་ང་ལ་ཁུངས་
 སྒྲུབ་བྱུང་ན།
 ངས་ནམ་ཡང་རྩོམ་འབྲི་མི་བྲ། ད་ལྟོ་བར་སྤྱི་ལོ་འང་བརྟེ་
 དུང་གི་མྱོང་ཆོར་མ་སྒྲང་།



འཇམ་གླིང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱི་ལོ་

ལྷ་ར་གཞི། (Jai Jagat Pukaare Ja) འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ཞི་བདེར་སྤོམ་པའི་གཞས་ཆོག

ཡེ་ལྷོ་པ་འཆི་མེད་ལྷོ་པ་དང་ལྷོ་པ་མང་རབ་བྱས་ལྷོ་པ་ལྷོ་པ་བྱས།

འཕོད་ཚིག་སྟོག་བཞིན་གོམ་བསྟོད་བྱེད།

འཇམ་གླིང་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་གྲུང་ཅིག

ཞི་བདེའི་ཕྱོགས་སུ་ང་ཚོར་ཡོད་ཆད་འབྲུལ་དུ་སྒྱུགས།

དོར་དུ་ཆུགས་དང་ང་ཚོའི་བདེ་སྲིད་དེ།

ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་ཆེད་དུ།

ཞི་བདེ་ནཱ་པར་རྒྱལ་གྱི་ཅིག

ཐམས་ཅད་གཅིག་པཎ་གཅིག་གྲོགས་ཏེ་དུ་ཆུགས།

འཇམ་མཐོང་གི་ལ་པོར་རྒྱལ་ཁ་འབྱོབ་དུ་འདུག

ཅིའི་དོན་དུ་སྤྱི་ཤིང་གིས་ཕྱི་ཁ་འཁུར་དགོས།

ཁྲིམས་ལུགས་ཐོག་ནས་ཅད་དང་བདེན་ལ་གཞི་བཙུག་པའི་

ཐམས་ཅད་རང་དབང་ལ་ཆ་སྟོམས་སྤྱོད་པར་

२७१।

ནམ་མཁའ་དེ་ཐུན་མིང་ལ་བདག་དུ་དབང་བ་བཞིན།

ས་གཞི་དེ་ཡང་ཐུན་མེད་ལ་དབང་དུ་འཇུག

ཁ་མདོག་གི་བྱང་པར་རྒྱང་རིང་དུ་དོར།

ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གོགས་རྒྱུ་ཙམ་ཅུ་མེད་དུ་བོངས།

ཉམས་ལུས་ཀྱི་བརྩེ་བ་དེ།

འགྲོ་བ་མིའི་བྱིང་དུ་རི་མིང་མི་ཉམས་པར་གནས་གྱུར་ཅིག

ཞི་བདེ་ཡི་རྩུང་བྱས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ཁེབས་པར་སྒྲོན།

འཛམ་གླིང་འདིར་སྤར་ཡང་བདེ་བྱིད་འབྱུང་བར་སྟོན།

འཁོམ་འཛིན་གྱི་ལུན་ཅག་སྤང་ཟིང་དུ་དོར་ནས།

གདིང་ཟང་ཕི་ཤོགས་པོའི་འདྲ་མེད་ཞིག་སྟེན་པར་སྟེན།

གཤིན་པོའི་བདེ་ལུང། (Obituary)

ཚེས་པ་པོ། A.K.Ramanujan རྒྱ་ར་པ་པོ། ཡུ་རུ་ལོན་གྱིས།

(གཤམ་པའི་པདྨ་ལྷ་མོ་ཅེས་པའི་རྩོམ་ཡིག་འདིའི་ནང་སྒྲུབ་པའ་པ་

རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་དང་ཉི་ཆོག་ལ་ཀྱི་ཁྱེད་ཆོར་དངོས་དང་། ལྷག་

[illegible]

ཡ་ང་གའི་རང་བཞིན་གསུམ་སྒྲིམ་བྱས་ཡོད་པ། གཤམ་གྱི་བད་

ལྷན་འབྲེལ་པའི་གསར་མོས་ཅན་གྱི་ར་བྟང་ཆེ་འདས་ཀྱི་སྒོར་ཁྱིམ་

འཁོད་པར་སེམས་གྱུར་དེ་ལས་སྡོག་ནས་ང་ཚོས་མཐོང་བ་ནི་ཐ་

གཤམ་གྱི་པ་ཁྱིམ་དང་བརྒྱུ་བ་མེད་པའི་བྱ་བ་གང་མང་ཞིག་ཡིན་

1251)

ཕ་ཆེན་ལྟ་ཡམ་དུ་གཤེགས་སྐབས།

ལྷན་ཡོད་པ་ནི།

ཐལ་རྒྱལ་དང་ཅོག་ཕྱི་རྩེ་ཤོག་བྱ་གང་མང་ཞིག

གུལ་བཞག་ནི་བྱ་ལོན་དང་བྱ་མོ་འགའ།

ཉལ་གཅིན་གཏོང་བའི་བྱ་ཆ་ཞིག་ལ།
 འབྱུང་འབྱུར་གྱི་རེ་བ་ཞེས་མིང་དུ་བཏགས།
 ཉམས་ཀྱང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་ཁང་པ་གཅིག་ཕུ་དེ་ཡང་།
 སྒྲ་རའི་ནང་ལོ་མང་འཆར་ལོངས་བྱུང་བའི།
 ཡོ་འཁྱོར་གྱི་ཕེ་ཏའི་སྡོང་པོར་བསྟེན།
 ཁོང་ཁོ་མེ་ལྷར་འབར་བཞིག་ཡིན་ཏེ།
 ཁོ་པོ་ཞུགས་ལ་འབུལ་སྐབས།
 སྡོན་ཆད་བཞིན་ཐ་མ་དེ་ལའང་ཆག་སྒྲ་དང་བཅས་འཆོགས།
 ལྷག་ཡོད་པ་ནི་མིག་སྡོང་དུ་བཀའ་པའི་དདུལ་ཁམ་ཟུང་
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་འབྱུར་མེད་དུ་གནས།
 བུས་གཟུབ་ནན་དུ་སྒྲོབས་ནས་རེག་ཏུ་ནི།
 བྱེད་ཅམ་འཆོགས་པའི་སྒྲ་ཆོགས་མཁྱེགས་པོ་འགའ།
 མཆོད་པའི་ལམ་སྡོན་བཞིན།
 མེ་འཁོར་འབབ་ཚུགས་ཀྱི་ཉེ་འགམ།
 རྒྱ་པོ་གསུམ་འཛོམས་ཀྱི་གནས་དེར།
 བར་སྒྲོགས་སུ་ཁ་གཏད་ནས་གཡུགས།
 དན་ཉེན་གྱི་དུར་བྱང་རྒྱན་རིང་དུ་གནས་མི་སྲིད་ལ།
 ཁོ་པོའི་མིང་བྱང་དང་སྒྲེས་འདས་ཀྱི་ཆོས་གངས་ཀྱང་ཡུན་
 རིང་གསོན་མི་བྱུང་སྟེ།
 བུམ་ཟེ་ཡི་བྱིམ་དེར།
 དང་ཐོག་ཀྱང་སྒྲེ་མ་བྱུང་བ་ཏེན་དུ་བུས་ནས།
 བཀགས་སྒྲུར་གྱིས་བཏོན།
 ཐ་མར་འཆི་ཏེན་ཡང་ཤིང་འབྲས་ཀྱི་ཁྲོམ་རར།
 སྡོང་ཅ་ཉམས་ནས་ཤི།
 ཁོ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེའི་ནང་དུ་འང་།
 གལ་འགངས་ཆེ་བའི་བྱ་བ་ཞིག་ཞིག་མེད་ལ།
 ཐ་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་དེ་ཡང་དམ་འཛིན་བྲལ།
 འོན་ཀྱང་།

མི་འགའ་ཞིག་གིས་ང་ལ་སྒྲེང་བ་ནི།
 ཁོ་པོར་གསར་ཤོག་དོ་ཐིག་སྡོང་གཉིས་ཐོབ་འདུག་ཟེར།
 དེ་རིང་ནི་ཁོ་པོ་གི་ནས་བདུན་ཕྱག་བཞི་ཏག་ཏག་འཁོར་བེན།
 ཆགས་པར་ནམས་རྒྱ་མར་བཏེགས་ཏེ་སྡོང་ཆོང་པར་
 བཅོངས།
 དེས་ཀྱང་སྒྲར། ཟས་རིགས་ཕན་ཆོང་པར་བཅོངས།
 དེ་དག་ལས། ངས་ཚུ་དང་བསོད་ནམས་པད་འཛོམས།
 མངར་ཆ་ནམས་ཆགས་ཤོག་གི་བུམ་སྒྲེལ་དང་བཅས་ཉོས།
 ཆགས་ཤོག་དེ་རྒྱན་ལྷན་བཞིན་ལ་མཆོན་གནས་ཚུལ་ལ་
 དམིགས་ནས་སྒྲོག།
 ཕ་ཀན་གི་བའི་གསལ་བདེའི་ཐིག་སྡོང་ནམས་ཀྱང་།
 མཐོང་སྒྲུང་གི་རེ་བས་བཅལ།
 འོན་ཀྱང་།
 ཁོས་ང་ཆོར་བཞག་པ་ནི།
 སྒྲར་བཞིན་གསོན་ཉམས་བྲལ་བའི་སྒྲེད་མ་ཞིག་དང་།
 ལོ་མཆོད་ལས་མང་བའི་ཆོ་ག་ཞིག



ཀོང་རེ་སི་དང་དེའི་དཔོན་རིགས།

ལྷ་རྩེ་གཞི། (Hind Swaraj)
ན་མགོན་དབང་ཀུལ། (རིག་གནས་ཀ་ལ།)

རང་སྲིད་ཞི་བདེས་ལེན་མཛད་བདག་ཉིད་ཆེར།
བདུད་དེ་གང་གི་ཟུང་དོན་བསྐྱར་བ་ལ།
རིག་ཅུལ་དཔེན་ཡང་སྐབས་བབས་འཐབ་ཅོད་ཆེད།
མ་བཟོད་འདུན་པས་བསྐྱར་ལ་གནང་བ་མཛོད།

ལྷོག་པ་པོས། དེང་སང་གི་དུས་ལ་རང་སྲིད་གཞུང་ལུགས་
ཀྱི་སྐབས་དེ་ཀྱ་གར་གྱི་ངོས་ལ་ལྷ་རྩེ་གྲུང་བཞིན་པ་རེད། ང་
ཆོའི་ཀུལ་ཁབ་ཀྱི་མི་དམངས་ཆང་མས་མི་རིགས་ཀྱི་རང་བཅན་
ཞིག་ལ་འདོད་པ་ཆེན་པོས་སྦྱོན་བཞིན་ཡོད། དེ་འདྲ་བའི་མོས་
པ་ནི་ལྷོ་ཕྱོགས་ཨ་ཡ་རི་ཀའི་ནང་ལ་འདྲ་ཡོད། དེ་བཞིན་མི་
དམངས་རྒྱམས་རང་རང་སྲིད་བདག་དབང་ངམ་དབང་ཆེད་
ཐོབ་པ་ལ་འདོད་པ་ཆེན་པོར་སྤང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་སྤྱི་ཉིད་
ཀྱིས་གནད་དོན་འདིའི་ཐད་ལ་གཟེགས་སྤྱོད་ཞིག་གསུངས་
གནང་རོགས།

ཙུམ་སྤྱིག་པས། བྱེད་རང་གིས་དྲི་བ་ཡག་པོ་བཀོད་གནང་
སོང་། ཡིན་ནའི་དྲི་ལན་འདེབས་ཀྱི་ལས་སྒྲུབ་པོ་མ་རེད། མི་
དམངས་ཀྱི་ཆོར་བ་ཉོགས་ཐུབ་པ་དང་དེ་བཞིན་དུ་འདུག་དུག་གིས་
པ་དེ་གསར་བོ་གི་དམིགས་ཡུལ་དང་པོ་དང་། གཉིས་པ་ནི་
མི་དམངས་ཀྱི་སྲོ་ལ་འབབ་པ་འཕམ་འདོད་པར་ཡོད་པའི་ཆོར་
བའམ་བསམ་ཚུལ་ཁ་གས་སྤྱད་པར་བྱ་བ། འདིགས་སྤང་མེད་
པའི་སྤང་ནས་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཉེས་སྦྱོན་རྒྱམས་མངོན་པར་
གནང་བྱ་བ་གསུམ་པ་དེ་ཡིན། བྱེད་རང་གི་དྲི་བའི་ལན་ཐེབས་

པ་ལ་གོང་དུ་བཞིན་པའི་བྱེད་ལས་གསུམ་ལག་ལེན་བསྐྱར་བྱ་
དེའི་ནང་ཚུད་པ་ཡིན། མི་དམངས་ཀྱི་འདུན་པ་ག་རེ་ཡོད་པ་
དེ་དེས་པར་དུ་བཞིན་དགོས་ལ་དེས་ཅན་གྱི་ཆོར་བའམ་བསམ་
ཚུལ་ལ་གཅེས་ཉར་ཐུགས་བསྐྱོས་དང་། ཉེས་སྦྱོན་རྒྱམས་དེས་
པར་དུ་མངོན་གསལ་དགོས། ཡིན་ནའང་བྱེད་རང་གིས་དྲི་བ་
བཀོད་པ་རེད། ལན་འདེབས་ཀྱི་བདག་གི་ལས་འགན་ཞིག་རེད།

ལྷོག་པ་པོས། རང་སྲིད་གཞུང་ལུགས་ལ་འདོད་མོས་ཡོད་
པ་ང་ཆོའི་ནང་སྤྱན་ཐུབ་པར་སྤྱི་ཉིད་ཀྱིས་ཐུགས་ཞིབ་བམ་ཅི་
འཛིག་གནང་གི་ཡོད་དམ།

ཙུམ་སྤྱིག་པས། དེ་འདྲ་བའི་འདོད་པ་དེ་ལས་ཀུལ་ཡོངས་ཀོང་
རེ་སི་ཆོགས་པ་དེ་བྱུང་བ་ཡིན། ཀུལ་ཡོངས་ཞེས་པའི་ཆོག་
བདམ་སྤྱིག་དེ་ག་ནས་སྤང་བྱུབ།

ལྷོག་པ་པོས། དེ་རེད། གནད་དོན་འདི་མ་རེད། ང་ཆོའི་ན་
གཞིན་རྒྱམས་ཀྱིས་ཀོང་རེ་སི་ལ་ཁ་ཡ་མི་བྱེད་པར་སྤང་། དེས་
དབྱིན་རིའི་སྲིད་གཞུང་ཡུན་གནས་བཟོས་པའི་ལག་ཆ་ཞིག་ལ་
ཅི་བཞིན་འདུག

ཙུམ་སྤྱིག་པས། དགོངས་གཞི་དེ་བདེན་པ་དག་སྤྱེལ་བྱེད་པ་
ཞིག་མ་རེད། དེ་འདྲ་སྤྱོད་ཀྱི་མེས་པོས་སྤང་གཞི་མ་གནང་བས།
ཀོང་རེ་སིའི་ཅ་དོན་སྤྱུབ་པ་ལ་ང་ཆོའི་གཞིན་པ་དེ་ཆོས་རང་སྲིད་
གཞུང་ལུགས་སྐོར་ལ་སྤང་ཆའང་བཤད་ཡོད་མ་རེད། སྤྱི་ཆེན་

དུམ་(Hume)ལགས་ཀྱིས་གང་བྱས་པ་དེ་ང་ཚོས་ག་འདྲ་བྱས་ནས་བཞེད་ཀྱི་རེད། རྒྱ་བུ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ང་ཚོ་གཡོ་འགུལ་བྲེབས་པ་ལ་སྐུལ་ཕྱག་ཇི་འདྲ་གནང་ཡོད་མ་རེད། འབད་བཙོན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བཞེན་ནས་ང་ཚོ་གཉིད་ལས་སད་ཡོད་རེད། མ་ཟད་དམ་པ་མི་ལམ་མི་༧༣་བན་(William Wedderbur)ལགས་ཀྱིས་ལུས་སྲོག་ཡོངས་སྤྱོད་ཡོངས་ཚོགས་དམིགས་ལུལ་དེ་གཞི་སྤང་ལ་བཏང་གནང་བ་རེད། རྒྱུས་ཆེན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གང་བཙུམ་པ་རྒྱལ་ཏུས་ཚོད་འདྲིའི་ནང་དཔུང་ཞིབ་ཆ་འཛིན་འོས་པ་ཞིག་ཡིན། སྤྱོད་དོན་སྒྲི་ལུས་(Gokhale)ཀྱིས་ཁབ་གཅིག་གི་ཆེད་དུ་རང་རང་སོ་སོ་ཉམ་ཐག་གི་འཚོ་བར་དང་ལེན་གནང་བ་དང་། ལོ་ངོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་ལྷོ་རིང་ལ་སྐྱེད་ལ་བསྐྱོན་གནང་ཡོད་ལ་ད་དུང་ཉམ་ཐག་གི་འཚོ་བར་རོལ་བཞིན་ཡོད། རྒྱ་ཆེན་རྩ་རྩུ་རྩིན་(Budruddin)ལགས་ཀྱིས་རང་སྤྱོད་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ས་བོན་འདེབས་མཁན་ཞིག་ཡིན། དེ་དང་མཚུངས། སྒན་གྲུལ། པན་ཏུལ། ལཱ་ཏི་རས། དང་ས་གནས་གཞན་ནས་རྒྱ་གར་ལ་དགའ་པོ་གནང་མཁན་དང་། ཀོང་མེ་མིའི་ཚོགས་མི་ཡིན་པ་རྒྱ་གར་དང་དབྱིན་ཇི་གཉིས་ཀ་ཡོད་རེད།

རྒྱུག་པ་པོས། བཞུགས་ཨ། བཞུགས་ཨ། བྱེད་རང་ཐག་རིང་པོར་ཕེབས་གནང་གི་འདུག བྱེད་རང་བདག་གི་བྱི་བ་དང་འགུལ་ནས་གསུངས་གནང་གི་འདུག བདག་གིས་རང་སྤྱོད་གཞུང་ལུགས་སྒྲོར་ལ་ཞུས་པ་ཡིན། བྱེད་རང་གིས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་ཁྲིམས་སྲོལ་གྱི་སྒྲོར་ལ་གྲོས་བསྐྱར་གནང་གི་འདུག བདག་དབྱིན་ཇིའི་མིང་ཐོས་རྒྱུར་འདོད་པ་མེད། ཡིན་ནའི་བྱེད་རང་གིས་བདག་ལ་དེ་འདྲའི་མིང་གསུངས་གནང་གི་འདུག ད་ལྟའི་གནས་སྤངས་འདི་ལ་ང་ཚོ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་མཉམ་འཛུལ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་མི་འདུག གལ་སྲིད་བྱེད་རང་གི་རང་

སྤྱོད་གཞུང་ལུགས་དེ་དོད་མ་གནང་བ་ཡིན་ན་བདག་སྒྲིམས་ཡོང་བ་འདུག གཞན་སྤང་ཆ་དེ་ཚོས་བདག་འདོད་སྒྲིམས་པ་མི་མཆིས།

ཚོམ་སྒྲིག་པས། བྱེད་རང་རང་རྒྱུད་བྱུང་འདུག རས་དེ་བཞིན་སྐབ་བྱུང་ས་མ་རེད། གལ་སྲིད་བྱེད་རང་བདག་དང་མཉམ་དུ་བཟོད་བསམ་གནང་བྱུང་བ་ཡིན་ན། བྱེད་རང་གི་རེ་འདོད་སོན་བྱུང་པ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག གཏམ་དཔེ་རྒྱུ་པ་ཞིག་དྲན་སྐུལ་བྱས་ན། “ཉིན་མ་གཅིག་ལ་ཤིང་སྤྱོད་སྒྲིས་པ་ཡོད་པ་མ་རེད།” དེས་ཡོད་ཀྱི་བྱེད་རང་རང་ལ་ཞིབ་གཤེར་གནང་བ་དང་། རྒྱ་གར་ལ་གཏུང་སེམས་མཉམ་སྦྱེད་གནང་མཁན་གྱི་སྒྲོར་ལ་བྱེད་རང་ཐོས་འདོད་མེད་པ་དེས་བྱེད་རང་གི་བསམ་ཚོད་ལ་རང་སྤྱོད་གཞུང་ལུགས་དེ་ད་དུང་རྒྱུ་རིང་པོ་རེད། གལ་སྲིད་ང་ཚོ་ལ་མི་བྱེད་རང་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་ན། ང་ཚོ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་མངོན་སྤྱོད་ཡོང་བྱུང་གི་མ་རེད། དེ་འདྲ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་དེར་བག་ཟོན་གནང་དགོས་གཙོ་བོ་ཞིག་ལགས།

རྒྱུག་པ་པོས། བདག་གི་སྤྱོད་ཚུལ་དུ་འཆར་བ་ལ། བྱེད་རང་གིས་སྤང་ཆ་དེ་འདྲའི་དཀྱོགས་ནས་གསུངས་ནས་བདག་ཁྲིམས་པོར་འཛིན་འདོད་འདུག བྱེད་རང་གི་གང་ཞིག་རྒྱ་གར་དང་གཏུང་སེམས་མཉམ་སྦྱེད་གནང་མཁན་ལ་བཙུ་འཛིན་གནང་བ་དེ་འདྲ་བདག་གི་ཚོད་དཔག་འཆར་ཅི་ཡང་ཡོད་མ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བདག་ག་རེ་བྱས་ནས་བྱེད་རང་གིས་མི་སྒྲ་དེ་འདྲའི་གསུང་བཤད་ལ་ཉན་དགོས་རེད། བྱེད་རང་གིས་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ཡབ་ཆེན་ལ་ཅི་འཛིན་གནང་བ་ཁོ་ཚོ་ལ་ག་རེ་ཡོད་རེད། ཁོས་ཞུས་པ། དབྱིན་ཇིའི་མངའ་སྡེ་སྤྱོད་སྤྱོད་གིས་བཀའ་ཁྲིམས་དྲང་པོ་གནང་དགོས་དང་དེ་ལ་ང་ཚོས་མཐུན་འགྱུར་བྱེད་དགོས།

ཅི་མཁྱིག་པས། བདག་གི་ཡ་རབས་སྤྱོད་ལྡན་གྱི་རང་བཞིན་
 གྱུ་སྐྱེད་ནས་ངེས་པར་ལུ་དགོས་ལ། ཁྱེད་རང་གི་སྤྱེས་པུ་དེ་
 འདྲ་ལ་མ་གུས་པའི་མིང་ཆོག་དེ་འདྲའི་གང་ནས་གསུངས་པར་
 ཅི་ཁ་སྤྱོད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཁོང་གི་ཕྱག་
 ལས་ལ་གཟིགས་དང་། ཁོང་གིས་རང་གི་མི་ཆོ་ལྷ་གར་གྱི་ཁབས་
 འདེགས་ཕྱིར་བཞོལ་གནང་བ་རེད། ང་ཆོ་ཁོང་གི་རྒྱུད་ནས་
 ༡༣་མེས་སོང་དེ་དོན་གསུང་བ་རེད། བཀའ་འོས་རྒྱ་རྒྱའི་
 Dadabhai) ཁོང་གིས་དཔྱིན་ཇིས་ང་ཆོའི་འཆོ་ཁྲག་འཛིབ་
 གྱུ་ཡོད་པ་དེ་བསྐྱབ་གནང་བ་རེད། དེང་སང་དེའི་གནད་དོན་
 ༡༣་མེ་ཆགས་པ་རེད་དམ། གཞིན་རྒྱུ་སྤྱོད་པའི་ཆོ་འོང་ང་ང་
 ཅིའི་ཕྱགས་རྒྱ་ཆུ་གྱི་གོ་མ་ཁ་ལ་གྱ་སྤྱིག་བཅིས་པས་ཁོང་གི་གཟི་
 རྒྱུ་ཉམས་པ་རེད་དམ། ཆོད་དཔག་དེའི་ཐོག་ལ་ང་ཆོ་ཁོང་
 ལས་རྒྱུ་དཔྱོད་སྤྱོད་པ་རེད་དམ། དེ་ནི་རྒྱུ་དཔྱོད་ཀྱི་མཆོན་
 པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། ང་ཆོ་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་གོ་མ་ཁ་དང་པོ་ནས་
 ཤོ་རྒྱུག་བཞུ་རྒྱ་ཞིག་མ་རེད། ལྷན་འཛིགས་ནས་གོ་མ་པ་དང་
 ཤོ་དེ་འཕྱུག་ན་སྤྱོད་གཞི་ཆ་ཆང་མེད་པར་བཅོལ་གྱི་རེད། བྱིས་
 འི་གནས་སྐབས་ནས་ང་ཆོ་ལང་ཆོའི་རྒྱུ་པ་རྒྱས་པ་རེད། ང་
 མས་བྱིས་པ་ལ་མཐོང་ཆུང་གཏོང་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ནའང་།
 ཤོ་རྒྱུགས་ནས་མཐོང་བཅུའི་ངང་ང་ཆོས་བྱིས་པའི་སྐབས་དེ་
 ལྷན་འཛིབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད། གལ་སྲིད་ལོ་མང་པོ་ཞིག་སྤྱོད་
 རྒྱུ་བྱས་པའི་རྒྱུ་ལ་བཤེས་གཉེན་ཞིག་གིས་བདག་ལ་གང་ཞིག་
 ཐོབ་སྤྱོད་གནང་བ་དང་། མང་གཞི་བཅོས་པ་དེའི་སྤྱང་ལ་རང་
 ལས་ནས་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་བཏང་བ་ཡིན་ན། ཆོད་དཔག་
 འི་སྤྱང་ལ་བཤེས་གཉེན་ལས་རྒྱུ་དཔྱོད་པ་ལྟ་བུར་ཆ་འཛིག་
 ལས་པ་རེད་བསམ། ཁོང་གིས་ག་དུས་ཡིན་ན་ཡང་བདག་གི་
 པ་རབས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལ་དོ་དམ་གནང་གི་ཡོད། བདག་ཡིན་ལ་བ་
 གྱུ་མེད། དེ་འདྲ་བ་ང་ཆོའི་སྤྱང་གྱི་མེས་པའི་གནས་སྐབས་རེད།
 ཁོང་མི་རིགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་མཐོང་པོ་ཡིན་པར་ང་ཆོས་ངེས་

པར་དུ་ངོས་ལེན་དགོས།
 སྤྱིག་པ་པོས། ཁྱེད་རང་གིས་ལེགས་པོ་གསུངས་སོང་། སྤྱེས་
 ཆོན་རྒྱ་རྒྱའི་ལ་གུས་པ་ཆོན་པོས་སྐྱེད་ནས་བཞུ་དགོས་དཔྱོད་
 བདག་གིས་ཤེས་སོང་། ཁོང་དང་ཁོང་འདྲ་བའི་སྤྱེས་པུ་མེད་
 པ་ཡིན་ན། ང་ཆོ་ལ་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་པའི་ཆོར་བ་དེ་ལས་
 ཆོར་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད། སྤྱོད་དཔོན་སྤྱོད་ལེས་གང་གསུངས་པ་
 དང་དེའི་དོན་གཉིས་གཅིག་པ་ཇི་སྤྱང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་ན། སྤྱོད་
 དཔོན་དེ་ཉིད་དཔྱིན་ཇིའི་གྲགས་པའི་ལེགས་པོས་ཤིག་གི་གསུངས་ཡིན།
 དེ་ཆོའི་དུང་ནས་ང་ཆོས་སྤྱོད་ཆུ་ལེགས་པོ་ཞིག་སྤྱོད་གཉེར་
 དགོས་པ་དང་རང་སྤྱོད་གཞུང་ལུགས་ཐོག་ལ་གོས་མེད་མ་བྱེད་
 སྤྱོད་ཁོ་ཆོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ལ་སྤྱང་དགོས་ཞེས་གསུངས་
 ཡོད། ང་ནི་ཁོང་གི་གསུང་ཅི་མ་སྤྱོད་ཀྱི་ཐང་ཆང་སོང་།
 ཅི་མ་སྤྱིག་པས། གལ་སྲིད་ཁྱེད་རང་ཐང་ཆང་པ་ཡིན་ན་དེ་ཁྱེད་
 རང་གི་ངང་རྒྱུད་ཐུང་བའི་ཉེས་པ་ཡིན། རང་རང་སོ་སོའི་པ་
 མའི་དཔལ་ཆུལ་ལ་ཡོད་མ་ཆོམས་པ་དང་། རང་རང་སོ་སོའི་
 ལུག་གུ་དང་རྒྱན་དུ་སྤྱོད་མ་ལུས་པས་ཁོང་གི་ལང་བ་དེ་བཅི་བཀའ་
 མེད་པ་ལ་འཛིག་གི་ཡོད་པ་དང་། ང་ཆོས་དེ་ཆོ་ལ་ཡོད་ཆེས་
 གནང་གི་ཡོད། སྤྱོད་དཔོན་སྤྱོད་ལེས་པ་མའི་ས་ཆ་བཟུང་བ་
 རེད། གལ་སྲིད་ཁོ་རང་ང་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་བསྤྱོད་མ་བྱུང་བ་
 ཡིན་ན་གནད་དོན་ག་ཤེ་ཆགས་ཀྱི་རེད་དམ། རང་སྤྱོད་གཞུང་
 ལུགས་བཙན་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་དགོས་འདོད་ན། དེའི་མེས་
 པོ་ལ་སྤྱད་པ་གཏོང་ཡོད་ཀྱི་མ་རེད། གལ་སྲིད་ང་ཆོ་ཅན་པར་
 བཅི་མཐོང་གིས་འཕོངས་པ་ཡིན་ན། ང་ཆོ་བཅད་སྤྱོད་མེད་པ་
 ཆགས་ཀྱི་རེད། ཅན་ཆང་ཡོན་པའི་མི་ཞིག་གིས་རང་གི་གཞུང་
 འཛིན་འཛིན་པ་དང་བྲེལ་འཕྲུབ་གནང་གི་མ་རེད། ད་དུང་ང་
 རང་ཆོའི་རྒྱ་གར་ཤེས་ཡོན་སྤྱོད་མཁན་སྤྱོད་དཔོན་སྤྱོད་ལེ་འདྲ་
 བའི་རྒྱ་གར་མི་ག་ཆོད་ཡོད་ན། བདག་ནི་སྤྱོད་དཔོན་དེ་ཉིད་

ཀྱིས་གང་གནང་བར་བཅོས་མིན་གྱི་ཡིད་ཆེས་མཆིས། ཁོང་
རང་གི་རྒྱ་གར་ལ་ཀུན་སྒྲིང་གཙང་མ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་ཞབས་
འདེགས་གནང་ཡོད་ཅིང། ཁོང་གིས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་དད་གུས་དེ་
རྒྱབས་ཆེན་ཞིག་ཅིང། དགོས་གནད་ཆེ་ལ་ཁོང་རང་གི་སྒྲིག་
ཀྱང་སྒྲིག་གནང་གི་ཅིང། ཁོང་གིས་གང་གསུངས་པ་དེ་གཞན་
ལ་སྒྲུལ་ལད་ཤོད་ཐུང་མིན་པར་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པས་ཅིང།
དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཁོང་ལ་བརྩི་མཐོང་ཆེན་པོས་ངང་ནས་དགོངས་
བཞེས་གནང་དགོས་པ་ལགས།

སྒྲིག་པ་པོས། རྗེས་སུ་ང་ཆོས་བརྩི་མཐོང་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་
ཁོང་གི་རྗེས་སུ་འདུག་དགོས་པ་ཅིང། དམ།

ཙོམ་པ་པོས། བདག་གིས་དེ་འདྲ་ཞུས་མེད། གལ་སྲིད་ང་ཆོས་
ཤེས་བཞིན་དུ་ཁོང་ལས་བཀར་བ་ཡིན་ན། སློབ་དཔོན་དེ་ཉིད་
ཀྱིས་ཁོ་རང་ལས་ལྷག་པ་ང་ཆོའི་རྣམ་དཔྱད་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སློབ་
སྤྲོད་གནང་གི་ཅིང། ང་ཆོའི་ལས་དོན་གཙོ་བོ་ཁོང་གི་ཕྱག་ལས་
ལ་ཁ་བརྟུང་གཏོང་རྒྱ་དེ་མ་ཡིན། ང་ཆོ་ལས་ཆེས་རྣམ་དཔྱད་
ལྷན་བཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་པ་དང་། ཁོང་གིས་རྒྱ་གར་
གྱི་དོན་ལ་གང་གནང་བ་ལ་ང་ཆོས་འགྲན་པ་ཡིན་ན་རྒྱ་མཆོའི་
རྒྱ་ཐིགས་ཙམ་ཞིག་སྟེ་ཆེས་རྒྱ་རྒྱ་ཞིག་ཅིང། ཆགས་ཤོག་
འགའ་ཤས་ནང་དུ་ཁོང་ལ་མ་གུས་པ་ཆེན་པོ་བཞོད་ཡོད་པ་ཅིང།
དེ་འདྲ་བའི་གནད་དོན་ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་དགོས་པ་ང་ཆོའི་འགན་འཁུ་
ཞིག་ཅིང། སློབ་དཔོན་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིག་པ་ཉི་རང་སྒྲིང་གཞུང་
ལུགས་ཀྱི་ཀ་བ་ཞིག་ལ་བརྩི་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཞན་པའི་
བསམ་སྒྲོ་དེ་ཡག་པོ་མ་ཅིང། ང་རང་ཆོའི་དེ་ཡག་པོ་ཡིན་
གསུངས་རྒྱ་དེ་གོ་མ་གཤིས་ངན་པ་དང་། དེས་ལྟ་བུའི་ལྟ་སྒྲིང་
མི་མཐུན་པ་འཛིན་པས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དགྲ་ཅིང།

སྒྲིག་པ་པོས། ད་བརྗོད་བདག་གིས་ཁྱེད་རང་གིས་གང་གསུངས་
པའི་ནང་དོན་ཤེས་རྒྱུའི་འགོ་རྒྱུགས་སོང་། བདག་གིས་གནད་

དོན་འདིའི་སྒྲིང་ལ་མཚོ་བསམ་གཏོང་དགོས་འདུག ཡིན་ནའང་
ཁྱེད་རང་གིས་སྒྲིག་ཆེན་སྒྲོ་བུ་ལི་དང་སྤྱི་ལམ་སྤྱི་ཤར་བན་གཉིས་
ཀྱི་སྒྲིང་ལ་གང་གསུངས་པ་དེ་བདག་གི་གོ་རྟོགས་ལས་འགལ་
བ་ཅིང། འདུག

ཙོམ་སྒྲིག་པས། དེ་འདྲའི་ཁྱིམ་སྒྲོལ་འཛིན་པ་དེས་དཔྱིན་རི་
ལ་མན་ཐོག་ཡོད་ལ་དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་བ་ལ་འང་མན་པ་ཡོད་དེ།
བདག་གིས་དཔྱིན་རིའི་མི་ཆང་མ་ཡག་པོ་མ་ཅིང། ཅེས་འགྲེལ་
བ་རྒྱལ་གི་མེད། རྒྱ་གར་ལ་རང་སྒྲིང་དགོས་པར་བསམ་མཁན་
དཔྱིན་རི་མང་པོ་ཡོད། གཞན་པ་ལས་དཔྱིན་རིའི་མི་རིགས་
གང་ལ་གང་འཆམས་ཀྱི་རང་ཤེད་ཆ་པོ་ཡོད་པ་བདེན་པ་ཅིང།
ཡིན་ན་ཡང་དེས་དཔྱིན་རི་ཡག་པོ་མིན་པར་ཁྱེད་སྒྲུལ་བྱེད་
མ་ཅིང། སྤྱི་ལམ་སྤྱི་ཤར་བན་གྱིས་ང་ཆོར་སྤྱག་པོ་གཏོང་འདོད་
ཡོད་མ་ཅིང། དེས་ང་ཆོ་ལ་འགྲིག་ཆོད་ཅིག་ཅིང། ང་ཆོས་
མདུན་བསྐྱོད་བྱེད་པ་བཞིན་ང་རང་གནང་བ་ཡིན་ན། རྒྱ་
གར་རང་བཅན་སྤྱར་དུ་སྒྲིན་པ་ཁྱེད་རང་གིས་གཟིགས་ཀྱི་ཅིང།
གལ་སྲིད་དཔྱིན་རིའི་མི་ཀུན་དགྲར་སྤང་ནས་འཛོམས་པ་ཡིན་
ན། རང་སྒྲིང་གཞུང་ལུགས་དེ་ཕྱི་འགྲུངས་གཏོང་དགོས་པ་འང་
ཁྱེད་རང་གིས་གཟིགས་ཀྱི་ཅིང། ཡིན་ན་ཡང་གལ་སྲིད་ང་ཆོས་
ཁོང་ཆོར་དང་བདེན་གནང་བ་ཡིན་ན་ང་རང་ཆོའི་ཅུ་དོན་ཡར་
རྒྱས་ཡོང་བར་ཁོ་ཆོས་རྒྱལ་སྒྲིང་ཐོབ་ཀྱི་ཅིང།

སྒྲིག་པ་པོས། དེ་ཆོ་ཆང་མའི་སྒྲིང་གིས་ང་ལ་ད་ལྟའི་སྐབས་
འདི་ཆོ་མེད་དམ་བུ་བརྒྱུད་ཞིག་སྤང་བུང་། དཔྱིན་རིས་རྒྱལ་
སྒྲིང་གནང་བ་དང་རང་སྒྲིང་གཞུང་ལུགས་སོན་པ་དེ། འགལ་
འདྲ་ཅན་གྱི་བྱ་བ་གཉིས་ཅིང། དཔྱིན་རིས་ང་ཆོར་རང་སྒྲིང་
གཞུང་ལུགས་གང་འདྲ་ཞིག་སྒྲིང་བུ་བྱེད་ཅིང། འོན་ཀྱང་
དེ་བདེ་ལ་ཁྱེད་རང་གིས་ད་ལྟ་རང་ཐག་གཅོད་གནང་དགོས་
པ་མེད། དེའི་ཐོག་ལ་དུས་ཆོད་གཏོང་རྒྱ་དེ་བེད་སྒྲིང་མི་འདུག

གཅིག་ཤུས་ན། རྒྱ་ཁྱིམ་ཁྱེད་རང་གིས་ང་ཚོ་ལ་རང་སྤྱོད་
གཞུང་ལུགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མིག་སྟོན་གནང་བ་
ཡིན་ན། བདག་གིས་ཁྱེད་རང་གི་དགོངས་གཞི་དེ་ཉ་གོ་ཡི་རེད།
ཁྱེད་རང་གིས་དེ་ཉིན་ཇི་འདྲི་སྟོར་ལ་བཀའ་འབྲིད་གནང་བས་
བདག་དེ་ཉིད་འབྲེད་བཀྲིས་སོང་། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་བརྗོད་བྱ་འདོའི་
སྒང་ལ་མོས་མཐུན་མ་གནང་བར་ཞུ་འབུལ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན།

ཚོམ་སྒྲིག་པས། བླན་བྱེད་རྒྱ་ལ་དགའ་པོ་མེད། ཁྱེད་རང་གིས་
བདག་ལ་དེ་ཉིད་འབྲེད་ཕྱོགས་སྤྱང་གནང་བ་དེ་སེམས་སྤྱད་གི་
གནད་དོན་མ་རེད། འགོ་འཇུགས་དུས་ནས་ན་བར་མི་འགོ་
བཞེད་པ་དེ་བདག་གིས་འགྲིག་པ་རེད་ཞུ་ཡི་ཡིན། ཁྱེད་རང་
གི་ཕྱོགས་སྤྱང་གི་ལྟ་བ་དེ་འདྲོད་པ་ཆེན་པོས་སེལ་བ་ཕྱན་གྱིས་
ལས་འགན་ཞིག་རེད།

སྒྲིག་པ་པོས། མཇུག་ཤོས་ཀྱི་གཏམ་བཤད་འདི་ཕྱན་གྱི་ན་བར་
འཇུག་པོ་བྱུང་། དེས་བདག་གང་ཞུ་སྟངས་འདྲོད་པ་ལ་སྒྲོ་སྒྲོབས་
སྒྲིས་བྱུང་། ད་དུང་གཅིག་བདག་ལ་མགོ་སྟོན་རེད། ཀོང་རེ་
སེམས་པས་རང་སྤྱོད་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་མང་གཞི་གའདྲ་ཞིག་
གིས་སྒྲིག་པ་བདག་གིས་དོན་དོགས་མ་བྱུང་།

ཚོམ་སྒྲིག་པས། ང་ཚོས་བརྟེན་གྱིས། ཀོང་རེ་སེས་རྒྱ་གར་
ས་ཕྱོགས་མང་པོའི་མི་དམངས་གཅིག་འབྱུར་བཅོས་གནང་ཡོད་
པ་དང་ཆབ་འབངས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོས་ང་ཚོར་ངར་ཤུགས་སྒྲིན་
ཡོད། གཞུང་གིས་ཀོང་རེ་སེ་ལ་རྒྱ་དུ་མ་དགའ་བའི་བརྟེན་སྒྲངས་
ཡོད། ཀོང་རེ་སེས་ག་དུས་ཡིན་ནའང་རྒྱ་ཁྱིམ་དེས་ཡོང་འབབ་
དང་འགོ་བྱེན་ལ་སྤངས་འཛིན་དགོས་པ་ནན་སྒྲུལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
རྒྱ་རྒྱ་དུ་ཁེ་ལྷ་གིན་(Canadian) སྤྱིད་སྤྱོད་ལ་དཔེ་
སྒངས་རྒྱུས་རང་སྤྱིད་རང་སྤྱོད་ཡོང་བའི་ཡིད་སྟོན་གནང་གི་ཡོད།
གང་ལྟར་ང་ཚོར་དེ་སོན་རུང་མ་སོན་རུང་། གང་ལྟར་ང་ཚོས་

དེ་འདྲོད་རུང་མ་འདྲོད་རུང་། གང་ལྟར་དེ་དགོས་འདོད་ཆེན་
པོ་ཞིག་ཡིན་རུང་མིན་རུང་། དེ་ཚོ་དྲི་བ་གཞན་པ་རེད། བདག་
གིས་གཙོ་བོ་བརྗོད་རྒྱུ་དེ། ཀོང་རེ་སེས་རང་སྤྱོད་གཞུང་ལུགས་
ཀྱི་བྱོ་བ་དང་ས་མ་དེ་ང་ཚོར་སྤྲད་ཡོད། ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་
འཕེལ་རྒྱས་ཡོང་བར་ཀོང་རེ་སེ་འདི་རྒྱས་མེད་ཀྱི་བརྟེན་གནས་
ཤིག་ལ་ལྟ་རྒྱུ་འཛིན་པ་ཡིན་ན། དེའི་གཟི་བརྗོད་འཕྲོག་པས་
དེ་དག་པ་ཞིག་མིན་པ་དང་། བཀའ་བྲིན་བསམ་ཤེས་མེད་པ་
ཚམ་མ་ཡིན་པར། ང་རང་ཚོའི་དགོས་དོན་ལེགས་སྤྱོད་ཡོང་
བར་འགོག་ཁྱེན་ཚམ་རེད།

ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་
 ཅད་ང་ལ་དགོས་ཟེར་ནས་མཐའ་མར་རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིག་
 རྟེན་དགོས་པ་བྱུང་། དེའི་རྒྱུ་ནི་སྒྲིག་མས་རང་གི་དགེ་བའི་
 བཤེས་གཉེན་བྱང་སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་བཀའ་གསུང་ཅི་སྒྲིབ་ཞུས་པ་
 དང་།

རྒྱལ་པོས་འབངས་ལ་ཕན་པེམས་མེད་པར་རང་དོན་ཁོ་
 ན་བསམས་པ་བཅས་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཕྱ་ཅག་དགེ་བའི་བཤེས་
 གཉེན་གྱིས་བཞུགས་པའི་ལམ་དུ་ཤར་བསྐྱོད་བྱས་ན། འདོད་དོན་
 ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པ་དང་། འབངས་མི་མེར་གྱི་དཔོན་པོའི་གོ་
 ས་ཐོབ་ཀྱང་རང་དོན་འབའ་ཞིག་བྱས་ན་རང་ཉིད་ལུང་བྱེད་ཀྱི་
 རྒྱུ་འགྲོ་བ་གདོན་མི་ཟེའོ།

༼མཆར་གཏམ༽༽

ཁང་གསར་པ་སངས་དང་ཆུ་མཆམས། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

གཞས་གཏོང་བ།

བུ་ཞིག་གིས་ལག་དྲུ་དེ་བ་ཅིག་ཁྱེར་ནས་ཐུ་གཞས་གཏོང་གིན་
 གཏོང་གིན་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ་མི་ཞིག་ལ་ཐུད་པས་བུ་དེས་
 ལམ་སང་གཞས་གཞན་ཞིག་བཏང་བ་འདི་ལྟར། “བོད་
 རང་བཅན་ཡོད་ན་དགའ་བ་ལ་” ཞེས་པའི་ཐུ་ཆོག་གོ་རྒྱུ་
 གིས་“ཨོ་ བོད་རང་བཅན་མེད་ན་” ཞེས་དབྱངས་ལ་
 བཀྲལ་པའི་འཆམས་དེར་མི་དེའི་བསམ་པར་ཆོག་མཇུག་དྲུ་
 དགའ་བ་ལ་ཞེས་ལབ་རྒྱུ་རྟེན་བསམ་ནས་“ཐེ་ རྒྱ་མིའི་སྐོ་
 བ་ཁྱེད་རང་གཞས་ག་རེ་གཏོང་གི་ཡོད་” ཅེས་པར་བུ་དེས་
 “ཨོ་ ཉོབ་པ་ལ་” ཞེས་བྱངས་པར་མི་དེས་ཅི་ཡང་ལབ་རྒྱུ་
 མ་རྟེན་པར་ཁྱེད་མི་མེར་ལམ་ཁ་བརྒྱུད་ནས་སོང་།

ཁྱེད་རང་ངོ་མི་ཆའམ།

ཁྱེད་རང་ལ་དང་རྒྱུ་པོའི་ལྷན་ཀ།

ཀ༽ “ཐེ་ལྷ་ ཁྱེད་རང་ཉིན་ལྟར་ཁྱེད་རང་ཁང་ཡོང་
 རྒྱུ་ངོ་ཆ་ཡི་མི་འདུག་གས།”

ཁ༽ “འོ་ན་ ཁྱེད་རང་ཡང་ཉིན་ལྟར་ཁྱེད་རང་ཁང་
 ཡོང་རྒྱུ་ངོ་མི་ཆའམ་” ཞེས་སྒྲུས།

ལན་ལག་པོ་རྒྱལ་པ།

ཉིན་ཞིག་བུ་མོ་བཟང་སྟོབ་གྲུ་ཁོ་ལ་ནས་ནང་ལ་ཕྱིར་སྒྲེབས་
 ནས་རང་གི་ཨ་མར་སྒྲུས་པ།

ཀ༽ “ཨ་མ་ དེ་རིང་ངས་འཛིན་གྲུའི་ནང་ལན་ཏ་ཅང་
 ལག་པོ་ཞིག་བརྒྱབས་པ་ཡིན།”

ཁ༽ “དེ་གང་འདྲ་རེད།”

ཀ༽ “འཛིན་གྲུའི་ནང་ནན་ལགས་ཀྱི་དྲི་བར་ལན་རྒྱག་
 ཐུབ་མཁན་ང་མ་གཏོགས་མི་འདུག་”

ཁ༽ “བུ་དཔེ་ལག་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་དྲི་བ་གང་རེད།”

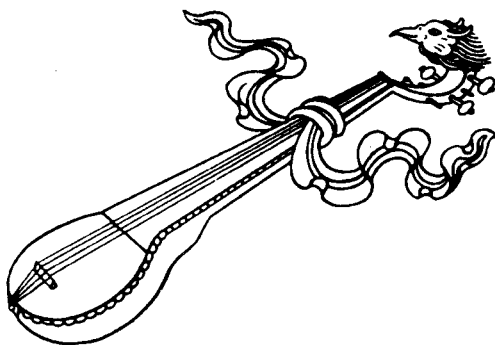
ཀ༽ “དྲི་བ་ནི་འཛིན་གྲུའི་སྟེའུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཤེལ་སྒོ་སྤྲོས་ཆག་
 རྒྱུན་བཏང་བ་རེད་” ཅེས་པ་དེ་རེད།

ཁྱེད་ཁོག་ནང་ཅི་ཅི་རྒྱགས་པ།

ཉིན་ཞིག་སྤང་པོ་ཞིག་ཁྱེད་ཁོག་མིན་དུ་རྟོགས་ནས་རང་གི་
 ཁྱོགས་པོ་ལ་སྒྲུས་པ།

ཀ༽ དེ་རིང་ངའི་ཁྱེད་ཁོག་ནང་ཅི་ཅི་ཞིག་པར་རྒྱགས་
 རྒྱུར་རྒྱགས་བྱེད་བཞིན་འདུག

ཁ༽ འོ་ན་ ཁྱོགས་པོ་རང་སྟོན་ནས་ང་ལ་མ་ལབ་པ་ཅི་
 ཡིན། ང་ལ་ཅི་ཅི་གསོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲན་ཡོད་པས་“སྟན་དེ་
 མོས་ན་ཅི་ཅི་ཁྱེད་ཁོག་ནང་པར་རྒྱགས་རྒྱུར་རྒྱགས་བྱེད་ཀྱི་
 མ་རེད་” ཞེས་ལབ་པ་རེད།



སྒྲུལ་མ།

འཛོལ་པ་བསྐྱོན་འཛིན་སྒྲུལ་བཟང་།

(བོད་བྱིས་དགེ་ལོན་འཛིན་གྲ།)

མཛེལ་བཅའི་བོད་རིགས་སྤྱན་ལྷོགས།

སྤྱིང་སྤྱོད་ལུ་མེད་མཛོད་དང་།

ནམ་ཞིག་གངས་ཅན་སྤྱོད་སྒྲུལ་།

སྤྱིང་པའི་ཉི་མ་གར་ཡོད་།

ཐོ་སེམས་གཅིག་ལ་སྤྱིལ་ནས།

རང་བཅན་ཁོ་ནར་བཅོན་དང་།

གཞིས་ཤེས་བོད་མི་ཡོངས་ལ།

རང་དབང་བདེ་སྤྱིང་ཐོབ་ཡོད་།

རང་དོན་ཁོ་ན་འདོར་དེ།

ཡུལ་བའི་བཀའ་དེ་སྤྱོད་སྒྲུལ་དང་།

ཁ་བྲལ་སྤྱན་རིགས་མཉམ་དུ།

ཆོས་ལུན་ཞིང་སར་འཛོམས་ཡོད་།

སྤྱིང་གི་འཕར་སྒྲ།

བསམ་མཁར་བསམ། (རིག་གནས་ཀ་པ།)

གངས་རིའི་རྩེ་བོ་སྤྱི་གཅིག།

བསྐལ་བརྒྱར་བཅན་པར་བཞུགས་དང་།

གདུལ་བྱ་གངས་ཅན་སྤྱི་འགྲོ།

སྤྱི་གི་ཀྱ་མཆོར་སྤྱིང་ཡོད།

ས་སྤང་ཁ་བའི་ཡུལ་ལ།

སྤྱིང་པའི་ཉིན་ཤེད་ལུབ་སྤྱི།

བོད་འབངས་འཛིན་མའི་བྱིན་འདིར།

སྤྱི་རུམ་སྤྱན་པ་ཐེབས་སོང་།

མགོན་ཆོས་སྤྱི་མོ་ནམ་གསུམ།

བོད་མའི་ལས་ལ་གཟིགས་དང་།

བོད་མའི་ལུས་སྤྱི་ག་ཡོངས་སྤྱི།

ཀྱ་དམར་རྒྱ་པས་བཅོམ་སོང་།

གཅེས་པའི་པ་ཡུལ་གངས་སྤྱོད་སྒྲུལ།

གཤིན་རྩེའི་དམག་གིས་ཁེངས་སོང་།

གཞིས་ཤེས་བོད་མའི་སེམས་ཁམས།

ལས་ངན་ལུགས་ཀྱས་བཀུག་སོང་།

སེམས་པ་སྤྱི་བའི་དུས་སྤྱི།

སྤྱིང་གཏམ་བདུད་ཅི་གནང་དང་།

སྤྱིང་དབུས་ན་ལུག་སྤྱི་མོའི།

སྤྱི་པ་བྱིད་ཀྱིས་གནང་རོགས།

བུམས་པ་བདག་ལ་བཅོམ་ན།

སྤྱིང་དབུས་སྤྱན་པ་སེལ་རོགས།

འཛིག་རྟེན་སྤྱིང་པའི་སྤྱི་ག་བསུལ།

སྤྱི་གི་སྤྱིང་འདོད་ཡོད་དམ།

སེམས་པར་ཆག་གུམ་ཤོར་བས།
 མིག་དབང་མཆི་མས་སྒྲིབ་སོང་།
 ལུས་པོ་ག་སྒྲུལ་རུས་ཀྱང་།
 རྩིང་རྩིང་ཡུལ་དུ་དགོངས་དང་།
 བུ་ཆུང་མི་ཡུལ་ལུས་ཀྱང་།
 མཆི་མ་འཆོར་དོན་མི་འདུག།
 རྒྱ་གར་ཆ་བའི་ཡུང་པར་།
 རྩིད་ཀྱི་བསམ་ནས་མ་ཡོང་།
 རྒྱལ་བ་ཡིད་བཞིན་ཅོར་བུའི།
 གསེར་ཞལ་མཇལ་བར་བཅར་ཡོད།
 ལུས་པོ་ཆ་བས་མནར་ཡང་།
 སེམས་པ་གདུང་དོན་མི་འདུག།
 རྒྱས་མེད་མི་ཡུལ་འགྲིམས་ཀྱང་།
 རང་དབང་ཅི་བདེར་གནས་ཆོག།
 རང་ཡུལ་ཁ་བའི་རྫོངས་ལ།
 བོད་མི་ཅན་གཞོན་པོ་མོ།
 ལུས་སེམས་རང་ཡུལ་ཡོད་ཀྱང་།
 བཅན་དབང་ཞགས་པས་བཟུང་ཡོད།
 རྩིང་རྩུག་ཡིད་འོང་ཁྱེད་ཀྱིས།
 བདག་སེམས་དཀྱག་པ་མ་གནང་།
 བཙུང་སེམས་བདག་ལ་མི་དགོས།
 རྒྱ་སེམ་འཛོག་རྩུགས་གནང་དང་།
 མི་རིགས་གོད་ཆག་བསམ་ཆོ།
 དག་འཁྱོགས་སྒྲིག་ཡོང་མི་འདུག།
 བཅན་དག་རྒྱ་མི་དམར་པོའི།
 བུས་འབྲས་དེ་ལ་གཟེགས་དང་།
 བེས་བུའི་རྩིང་ཁང་ནང་གི།
 རྫོང་ཡུག་པོ་མོ་ཅན་གཞོན།

བཙུང་བྱང་གྲོང་ཁྱེད་ནང་དུ།
 མགོ་བོ་འཁོར་ནས་མ་བཞུགས།
 གདན་ས་གྲུ་ཆང་འགྲིམ་པའི།
 བྲམ་དག་བཤེས་གྲུ་བཙུན།
 བཅལ་བཅུག་ཐོ་བ་ཆུ་མོ།
 བཅན་དག་མགོ་ལ་བཅུན་དང་།
 གཞུང་ཞབས་ལས་བྱེད་པོ་མོས།
 རྒྱ་པོགས་སྒྲིག་ནས་མ་བཞུགས།
 ལོ་རྒྱས་སྒྲིག་པར་བསམ་ཏེ།
 རྩི་དོན་དུར་ཐག་འབད་རྩུགས།
 བཀའ་སྒྲོན་དུང་ཆེ་ནས་པས།
 ཅམ་ཐག་མི་རིགས་འདི་ཡི།
 མགོ་འདྲན་སྒྲོས་བྱུང་གནང་སྟེ།
 རྩིད་པའི་ལམ་སྟེར་འཁྱེད་མཛོད།
 རྩིང་རྩུག་བུམས་པའི་རྫོ་ལ།
 བུ་ཆུང་ང་རང་ཡོད་ཀྱང་།
 བུ་ཆུང་རང་ཡུལ་སྒྲིགས་སུ།
 བཅན་དག་འདུལ་བར་འགྲོ་འདོད།
 ལན་ཅིག་བུལ་དགོས་བྱུང་བར།
 རྩིང་རྩུག་དགོངས་པ་མ་ཆོམ།
 རྩི་དོན་སྒྲོན་ལ་སྒྲུབ་དགོས།
 བུ་ཆུང་ང་ཡི་དམ་བཅའ།
 བཅན་བྱོལ་ཡུལ་གྱི་སྒྲུན་ཟ།
 རེ་བཞིག་གཅིག་གསོན་དང་།
 ཡུལ་སྒྲིགས་གང་དུ་ཕེབས་ཀྱང་།
 གཞིས་ལུས་བོད་མི་མ་བཟེད།
 གཞན་ཡུལ་འགྲིམ་པའི་བུ་ཆུང་།
 རྩིད་པའི་རང་ཡུལ་དུ་ཞིང་།

སྒྲག་པའི་གཞིན་རྗེའི་བྱང་ན།
 མོག་སྒྲིང་འབྲུལ་བར་འགྲོ་འདོད།
 གཞིས་ལུས་པོད་མེའི་རེ་བ།
 བཅན་བྱོལ་བོད་མེར་བཅོལ་ཡོད།
 ཡུལ་གྱར་སྒྲན་ཆེའི་རེ་བ།
 ཨ་རིའི་གཞུང་ལ་བཅོལ་ཡོད།
 སྒྲིང་སྒྲག་བྲམས་པ་བྱེད་ཀྱིས།

ཡུལ་བའི་དགོངས་པ་བཞིན་དུ།
 ལས་སྒྲོབ་ཀྱན་ལ་བཅོན་ཏེ།
 སྒྲིང་ན་སྒྲན་ལ་སྒྲུབ་རྟགས།
 ཆེ་འདིར་བྲལ་དགོས་བྱུང་ཡང་།
 འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་ཆོས་ཉིད།
 སྒྲིང་མར་ཁ་བའི་སྒྲོངས་སུ།
 སྒྲན་འཛོམས་སྒྲོན་ལམ་བཟུབ་ཆོག།

མཆར་གཏམ།

(དེ་མ་ལ་ཡ་དགེ་འོས།) བསྐྱན་འཛིན་འངམ་དཔལ་གྱིས།

གང་ཟག་རེད།

སྒྲོན་སྒྲོབ་གྲུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བྱུང་བར་རྒྱལ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར། ཅན་ལགས་ཀྱིས་སྒྲིང་ཆེའི་སྐད་“སྒྲ”ལ་དཔེར་བརྗོད་འགའ་
 འབྲི་རྒྱུའི་ནང་སྒྲོང་བཀྱར་བས་བྱུང་བར་རྒྱལ་གྱིས་དཔེར་བརྗོད་འབྲི་སྐབས་ལ་དོན་གྱི་སྐད་དང་སྒྲིང་ཆེའི་སྐད་ཀྱིས་ཞིན་ཞེས་བྲིས་སྐབས་
 ཅན་ལགས་ཀྱིས་ཁོའི་ན་མཆོག་གྲགས་ཀྱིས་ལན་འགའ་འཐེན་རྗེས་“སྒྲ་ཞེས་པ་འདི་གང་ཟག་ལ་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ལའང་
 འདྲུག་པ་མེན་”ཞེས་བརྗོད། ཅན་གས་ཀྱི་རྗེས་སྐད་ཅན་ལགས་ཀྱིས་སྒྲོབ་སྐྱུག་ཆོར་ལགས་བཀད་སྒྲོན་དཔང་ཚོམ་པ་པོ་སྐད་
 ཅས་བྲིས་པ་ན་བྱུང་བར་རྒྱལ་གྱི་བསམ་སྒྲོར་ཨོ་དེ་རིང་ངས་ལན་ལག་པོ་ཞིག་བཟུབས་ནས་སྐད་གསུམ་གྱི་འཛོག་དགོས་སྒྲམ་པའི་
 ཀྱན་སྒྲོང་དང་ང་མ་གཏོགས་ལན་འདེབས་བྲུབ་མཁུ་མེད་སྒྲམ་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་ཉམས་དང་བཅས་སྐད་གསུམ་ཆེན་པོས་“གང་ཟག་
 རེད་”ཅས་བརྗོད་པས་གཡས་གཡོན་གྱི་སྒྲོབ་སྐྱུག་ཆོར་མས་གང་མོའི་ཁྱིར་སྒྲ་བསྐྱགས་སོ།

“མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་” བྱང་ཚུལ།

༡༩༩༡ ལོའི་ཟླ་༡ ཚེས་༡ ཉིན་ཨ་རི་དང་། ར་ཤི་ཡ། གྲུང་གོ་(རྒྱ་ནག)། དབྱིན་ཇི་སོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཉི་ལྔ་ཙམ་གྱིས་འཐབ་སྲོག་ས་གཅིག་གྱུར་བཅུགས་ཏེ་ཧྲ་ཤི་རིང་ལུགས་པར་ཁ་གཏད་གཅིག་རྒྱུ་ཆེད་དུ་ཨ་ཤིན་ཏུ་འདུ་འཛོམས་གྱིས་མིང་རྟགས་བཀོད་པའི་ཐུན་མོང་བསྐྱགས་གཏམ་སྤེལ་བ་རེད། དེར་སྐབས་དེའི་ཨ་རིའི་ཚུང་ཐུང་(སྲིད་འཛིན་) རྒྱུ་ལན་ཁེ་ལིང་ལོའི་སེ་རྒྱུ་ཡིས་གྲོས་འགོ་བཙོན་པར་གཞིགས་ཏེ་(མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བསྐྱགས་གཏམ་) མམ་(མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་བསྐྱགས་གཏམ་) ཞེས་འཕྲོད།

༡༩༩༤ལོའི་ཟླ་༤ པའི་ནང་ཨ་རི་དང་། དབྱིན་ཇི། ར་ཤི་ཡ་བཅས་རྒྱལ་ཁབ་གསུམ་གྱི་འཐུས་མིས་ཨ་ཤིན་ཏུ་ཀྱི་དུའི་པ་དུན་གྱི་འབྲེག་གིང་རྒྱུ་རྒྱུ་འཛོམས་ཏེ་དམག་འཁྲུག་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱི་ལྷན་འཇུགས་གིག་འཇུགས་རྒྱུ་ཞིབ་མྱེད་བྱ་བ་བས་གྱི་འཆར་བཞིན་ལ་གྲོས་བསྟར་བྱས། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ལྷན་འཇུགས་དེའི་མིང་གི་སྐོར་གྱི་སྐབས་ཆང་མས་གཅིག་གྱུར་ཤིག་༡༩༩༣ལོར་“ཐུན་མོང་བསྐྱགས་གཏམ་”ནང་སྤྱད་པའི་“མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་” ཞེས་པའི་ཆིག་དེ་ཤེད་སྤྱོད་བྱ་རྒྱུར་ལོས་མཐུན་བྱས་པ་དང་། སྤྱད་མ་འོངས་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱི་ལྷན་འཇུགས་ལ་“མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་”ཞེས་མིང་བཏགས་པ་རེད། ༡༩༩༥ ལོའི་ཟླ་༦ནང་ཨ་རིའི་ཅིའུ་ཅིན་རི་ལོའི་གྲོས་ཚོགས་“ (འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཚོགས་ཙམ་མེས་) ”ལ་མིང་རྟགས་བཀོད་པ་དང་ལོ་དེ་གའི་ཟླ་༡༠ཚེས་༡༩ཉིན་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཚོགས་དངོས་སུ་བཅུགས་པ་རེད།

མིའི་ཁྱད་པའི་གསང་བ།

མིའི་ཁྱད་པ་ནི་ཏ་ལས་དགོས་པ་དང་ཡ་མཚན་ཆེ་བའི་འཕྲུལ་འཁོར་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། དེར་ཁྱེད་ཆད་པར་གསུམ་ཙམ་ལས་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་དེས་གཟུགས་ཀྱི་ལ་པོའི་གསོ་རྒྱུད་དང་ཁྲག་རྒྱུན་སྤྱུ་ཆ་གཅིག་ཙམ་ཤེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

སྤྱི་མེས་དང་། མི་ལམ། དན་ཤེས་བཅས་ལ་བརྟུན་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་རྒྱུད་མི་འགའ་ཞིག་གི་ཁྱད་པར་དབང་ཅའི་ནད་ཅིག་བཟོ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་། འགའ་ཤས་ཀྱི་ཁྱད་པ་གཉིད་དུ་ཡུར་སྒྲ་བ། འགའ་ཤས་ཀྱི་ཁྱད་པས་འབྲུམ་རམས་པའི་གོ་མིང་ཐོབ་བཟོ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་བཅས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད། ཨ་རིའི་ཏ་རྒྱ་སྤྱོད་གྲ་ཆེན་མོས་ལོ་སུམ་ཙུ་ཡན་གྱི་མི་༡༩༥༥ལ་བརྟུན་དཔྱད་བྱས་པ་ལྟར་ན་བྱིས་པས་སྤང་ཆ་ཤོད་འགོ་ཚུགས་པའི་ལོ་དང་ཕྱི་འབྲུང་གི་གཤིས་རྒྱུད་ཆགས་པའི་བར་དུ་འབྲེལ་བ་རེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་རེད། བརྟུན་དཔྱད་དེའི་ཐོག་ནས་སྤང་ཆ་ཤོད་སྤྱོད་པ་དེ་ཤོད་ཕྱི་བ་ལས་རིག་སློབས་འཕེལ་

མགྲོགས་པོ་ཡོད་པ་དང་། སྤྱ་གྲུ་མང་ཆེ་བ་བྱུ་ཡིན་པ་མ་ཟད་“གཟུབ་ནན་ཆེ་ཞིང་སེམས་སྤྱག་བྱེད་པའི་”མེ་དར་མ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བཅོ་ཆེན་པོ་ཡོད།

ལོ་སྤུམ་ཅུ་སྟེར་སྤྱེད་སེམས་མི་ནམས་ཀྱི་སྒྲིང་པའི་ནང་ནས་ཉིན་རེར་དབང་ཅའི་སྤྱ་མུང་ཆེག་སྒོར་ཅམ་མེད་པར་གྱུར་རུང་རིག་སྤྱེད་སེམས་ལ་སྤར་བཞིན་འགྱུར་བ་ཡོང་གི་མེད།

ད་དྲུང་ཤེས་རྟོགས་གྱུར་བར་སྤྱ་གྲུ་དང་པོའི་རིག་པ་རྗེས་ཀྱི་སྤྱ་གྲུ་ལས་ཀྱིན་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བར་སྤར་ཁམས་སུ་འཕུར་སྒྲིད་ཐོག་མར་བྱེད་མཁན་ཨ་འི་འཛིག་རྟེན་འཕུར་གྲུ་གཏོང་མཁན་ཉི་ཤུ་ཙ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་ནི་སྤྱ་གྲུ་དང་པོ་བྱུ་ཡིན་པ་དང་ཁོང་ཆོ་ཆང་མ་ཁྱིམ་ཆང་རྒྱང་དུ་འོ་ནང་སྤྱེས་པའི་སྤྱ་གྲུ་རེད།

ཆང་ས་བརྒྱབ་ཅིན་པའི་ཨ་འི་མི་ནམས་ཀྱིས་ཁོ་ཆོ་ནི་མི་རྒྱང་ལས་བདེ་སྤྱིད་ཆེ་བ་དང་ཆོ་རིང་བ་ཡོད་ཅེས་བཤད་པ་དང་། ལས་གར་ཞུགས་པའི་བྱེད་མེད་ཆོས་ཁོང་ཆོ་ནི་ནང་སྤྱིད་བྱེད་མེད་ལས་བདེ་སྤྱིད་ཆེ་བ་ཡོད་ཅེས་ཤོད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ལོ་ན་ནན་གས་ཀྱི་བདེ་སྤྱིད་དེ་གཞོན་ནུ་ལས་ཞན་པ་མེད་པ་དང་། གཞོན་ནུའི་དུས་སུ་བདེ་སྤྱིད་མེད་པ་དག་དར་མའི་དུས་སུ་བདེ་སྤྱིད་ཡོང་བཅོ་ཡོད།

འོ་ན་སུ་ཞིག་བདེ་སྤྱིད་དང་མི་རྩན་ནམ་ཞེ་ན་གོ་ལུན་པའི་ཡོའི་སྤྱོད་གྲུ་ཆེན་མོས་བཏག་དཔུང་བྱས་པར་བཞིགས་ན། གཞན་གྱི་རོལ་ཅིང་ལ་ཆ་རྒྱུན་རྒྱུན་མཁན་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ་མཁས་ཅན། ཆོས་འཆད་མཁན། རྩན་པ། ཁྱིམ་སྟོན་པ། དྲུང་ཡིག་བཅས་བྱེད་མཁན་མང་ཆེ་བ་བདེ་སྤྱིད་དེ་ཅམ་མེད་པའི་མི་ཡིན་པ་རེད།

བྱེས་པར་སྤྱོད་གསོ་རྒྱག་ཐབས་ཁག་བརྒྱད།

- ༡། རྒྱང་ཤོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་གསོ་གཏོང་ཐབས་དེས་སྤྱ་གྲུའི་དུན་ཤེས་སྤྱིན་པོ་ཆགས་རྒྱ་དང་། བསམ་རྒྱ་དང་ཤེས་རྒྱ་ཆེ་རུ་འགྲོ་རྒྱུར་ཕན་ནུས་ཐོན་ཐུབ་པ།
- ༢། རྩན་དག་སྤོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་གསོ་གཏོང་ཐབས་དེས་སྤྱ་གྲུའི་འཆད་ཙོམ་གྱི་རྫོང་བྱེད་ཆེག་ཕུན་སུམ་ཆོགས་སུ་གཏོང་ཐུབ་པ་དང་། སྤྱ་གྲུའི་སེམས་བཟང་པོར་འགྱུར་བར་ནུས་པ་ཐོན་ཐུབ།
- ༣། ཅིང་འཛོའི་བྱེད་སྒོར་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་གསོ་གཏོང་ཐབས། དེས་སྤྱ་གྲུའི་རིག་སྤྱེད་སེམས་འཕེལ་ཐུབ་པ་དང་ཤེས་ཡོན་ཆེ་རུ་འགྲོ་བར་ཕན་ནུས་ཐུབ་པ།
- ༤། དྲི་བ་འདོན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་གསོ་གཏོང་ཐབས། དེས་སྤྱ་གྲུའི་དྲི་བ་མང་ཅམ་འདོན་རྒྱུར་སྤྱལ་མ་གཏོང་ཐུབ་པ་མ་ཟད་སྤྱ་གྲུའི་ཤེས་ཡོན་ཀྱང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་གཏོང་ཐུབ་པ།

ཐད་ཀར་ངེས་འདོན་བྱེད་དུ་འདུག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོབ་གསོ་གཏོང་བའམ། དེས་ཕུ་གུ་ནམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་སྐྱེས་པ་
དེ་བྱེད་བྱེད་བྱ་རྒྱུར་ཕན་ཉུང་སྤོངས་ཐོན་ཐུབ།

འབྲུབ་སྒྲོན་བྱེད་དུ་འདུག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོབ་གསོ་གཏོང་བའམ། ཕུ་གུར་འབྲུབ་ཚན་གྱི་མི་སྒྲུ་སྒྲུ་ཆོགས་འབྲུབ་དུ་བཅུག་
སྒྲེ་ཕུ་གུའི་དགའ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱད་ཁྱེད་སྤོངས་ཆེ་རུ་དགོས་པ།

ལད་མོ་བྱེད་དུ་འདུག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོབ་གསོ་གཏོང་བའམ། ཕུ་གུར་མི་ཚན་པའི་བྱིས་ལས་བྱེད་སྤངས་ལ་ལད་མོ་བྱེད་
དགོས་པའི་སྤྱལ་མ་གཏོང་དགོས་པ།

བྱ་དགའ་དང་ཆད་པ་གཅིད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོབ་གསོ་གཏོང་བའམ། ཕུ་གུས་བྱ་བ་བཟང་པོ་བྱས་ཕྱིན་དུས་ཐོག་དུ་བསྐྱོད་
འཇུགས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། རྩོམ་འབྲུལ་གྱི་ལས་ཀ་བྱེད་སྤངས་འོས་མེད་སྤངས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ལང་དུ་གཏོང་མི་རུང་པ་བཅས།

མཇུག་མ་རིང་ཁོས་ཀྱི་བྱ་པོ།

འདབ་ཆགས་རིགས་ཀྱི་བྱ་སྒྲོལ་འདྲ་རིང་ཐུང་སྒྲུ་ཆོགས་ཡོད་ཅིང་། བྱ་སྒྲོལ་རིང་ཁོས་ནི་འཇར་པན་གྱི་བྱ་པོ་མཇུག་རིང་གི་
མཇུག་སྒྲོལ་ཡིན། ༡༩༥༥ལོར་འཇར་པན་གྱི་ཀའོ་ཀྱོ་རྩོད་དུ་བྱ་པོ་མཇུག་རིང་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་མཇུག་སྒྲོལ་རིང་ཆད་དུ་སྒྲི་༡༠,༤ཡོད་
པ་རེད། གལ་ཏེ་བྱ་པོ་དེ་ཁང་པ་ཐོག་སོ་བཞི་པའི་སྒྲུ་ཁྱད་ཁྱེད་ཁར་བཞག་ན། ཁོའི་མཇུག་སྒྲོལ་དུང་ཤོད་ཀྱི་ས་མཐིལ་དུ་འབྱེལ་
སྒྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

འཇར་པན་གྱི་བྱ་པོ་མཇུག་རིང་དེ་ནི་མ་གཞི་སྤྱིར་བཏང་གི་བྱ་ཞིག་ཡིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་ལོ་ངོ་མང་པོའི་རིང་མིའི་ཐབས་ཀྱིས་
གདམ་གསེས་གསོ་སྤྱེལ་བྱས་ཀྱིན་དེར་སང་གི་བྱ་པོ་མཇུག་རིང་འདི་ཆ་ཕུར་ཕུར་བ་རེད། ད་ཆ་ཆུང་མོར་བཞུ་ས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་
པའི་བྱ་པོ་དེའི་རིགས་སྒྲོལ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཐོག་དུ་གསོ་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེའི་རིང་མ་རིང་ཐག་
ཆོད་པས། ས་ཐོག་དུ་འགྲོ་སྒྲོད་དང་འགྲུལ་ཐུབ་ཀྱི་མེད་ལ། བྱ་ཆང་དང་རྩྱུང་ཅིའི་ནང་དུ་དེ་བས་ཀྱང་གསོ་སྤྱོད་ཀྱི་མེད་པ་དེ་
ཡིན།

ཕུ་གུ་བསམ་ཤེས་དེ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ ཡོང་བ་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས་སམ།

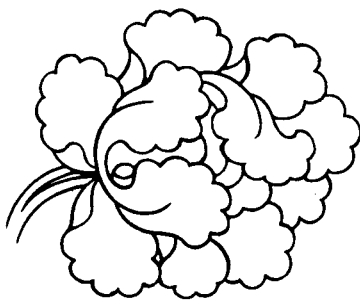
བྱིས་པའི་དུས་ནི་ཤེས་རིག་སྒྲོབ་སྒྲོབ་དང་མང་གཞི་གདོང་བའི་གལ་ཆེའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་པ་སམ། དུས་སྐབས་དེའི་ཕུ་གུའི་
བསམ་ཤེས་དེ་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡོང་གྱུར་མཛུབ་ཁྲིད་ཡང་དག་པ་བྱ་གྱུ་ནི་གལ་འགངས་གིན་ཏུ་ཆེ་བས་དེས་པར་དུ་
ཕུ་གུའི་ཁྱད་ཆོས་ལ་གཞིགས་ཏེ་གཤམ་གསལ་གྱི་གནད་དོན་ཁག་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ།

གཅིག སྒྲོབ་སྒྲོབ་ལ་སྦྱངས་བརྩོན་དགོས་པའི་སྒྲུལ་མ་གཏོང་བ་དང་དུས་མཚུངས་ཕུ་གུའི་ཁྲད་པར་ངལ་དུ་བ་ཆེ་བྲགས་པའི་
གནས་ཚུལ་ཡང་མི་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།

གཉིས། ཞོགས་པ་ཕུ་གུའི་རིག་པ་རུང་དངས་པའི་སྐབས་སུ་མཛུབ་ཁྲིད་བྱས་ན་སྒྲོབ་སྒྲོབ་དང་གཟུགས་པོ་ཆང་མར་ཡན་
ཐོགས་ཡོད། འོན་ཀྱང་བྱིས་པར་མཚན་འབྲོངས་བྱེད་དུ་འཇུག་མི་ནི།

གསུམ། ཕུ་གུའི་སྒྲོབ་སྒྲོབ་གི་ནང་དོན་སྟོམ་སྟྱིག་བྱས་ཏེ་ཁྲད་ཆེན་གྱི་དབང་ཅ་རེ་མོས་ཀྱིས་ངལ་གསོ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།

བཞི། ཕུ་གུའི་འཆོ་བ་དེ་ཆོས་ཉིད་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་བ་བྱས་ཏེ་སྒྲུལ་བྱུང་གི་འཆོ་བའི་གོམ་གཤིས་གསོ་སྒྲོབ་བྱེད་དགོས།
ཕུ་གུས་སྒྲོབ་སྒྲོབ་བྱེད་ཐལ་ཤོར་བའམ་ཡང་ན་ཅིད་མི་ཅི་ཐལ་ཤོར་བའི་གནས་ཚུལ་མི་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།



མིའི་ལུས་ཐོག་གི་གྲངས་ཀ་མཆར་ཅན།

མིའི་ལུས་པོ་ཡོངས་སུ་བྱོན་མྱོམ་རུས་པ་༡༠༦ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཅི་བ་མ་ཆ་༡༣༥༤། སྒྲིལ་མཆོག་༡༣ཡོད། མཐོ་ནི་རུས་པ་ ༡༡ ལས་གྲུབ་ཡོད་པ་ནས་ཀ་ལིས་དུམ་བུ་༡བཟུང་ཡོད་པ་རེད།

མིའི་ལུས་ལ་གྲགན་ཁག་༥༠༠ལྟ་ཅི་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་མི་དར་མིའི་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ངོས་ཀྱི་བྱོན་པ་ལ་ཆེར་སྤྱི་གྲུབ་ཞེས་མ་༡,༥ཡོད་ ཅིང་། པགས་པའི་མཐུག་ཆད་ཏེ་སྤྱི་ ༠,༠༥་ ༠,༡༥བར་དུ་གནས་ཡོད་པ་དང་ལག་མཐེལ་གྱི་པགས་པའི་མཐུག་ཆད་ཏེ་སྤྱི་ ༡༥༤ ཀང་མཐེལ་གྱི་པགས་པ་མཐུག་ཤོས་ལ་ཏེ་སྤྱི་ ༡ཅི་ཡོད་པ་རེད། མིའི་ལུས་པོའི་དབང་རྟེན་སེ་སེའི་རགས་པའི་ལྗང་ཆད་ནམས་ གཤམ་དུ་གསལ། ལྷན་ཞོའི་ལྗང་ཆད་ཁྱེ་༡༥༠༥༤། སྤྱིར་གྱི་ལྗང་ཆད་ཁྱེ་༡༥༠༡ ལྷོ་བའི་ལྗང་ཆད་ཁྱེ་༥༠༠༡ མཁལ་མའི་ལྗང་ ཆད་ཁྱེ་༡༣༠ནས་ ༡༠༠བར། མཆོར་བའི་ལྗང་ཆད་ཁྱེ་༡༥༠ནས་༡༠༠བར། གཤེར་མའི་ལྗང་ཆད་ཁྱེ་༥༠༡ མཆིན་པའི་ལྗང་ ཆད་ཁྱེ་༡༥༠༠བཅས་ཡོད་པ་རེད།

མིའི་ལུས་ལ་བྱོན་མྱོམ་ཁྲག་ཏེ་རྒྱང་༥༠༠༠ཅི་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཁྲག་རིལ་དམར་པོ་ཏ་ལམ་དུང་ཕུར་༡༥༠༠༠དང་། ཁྲག་རིལ་དཀར་པོ་དུང་ཕུར་༡༥ཡོད་པ་རེད། སྤྱི་བུ་ནད་མེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞིག་ལ་ཁྲག་རྒྱང་ལྷ་ལས་མེད་པ་དེ་དག་སྤྱིར་མ་གསུམ་ རེའི་ནང་ལུས་ཡོངས་སུ་འཁོར་རྒྱག་ཐེངས་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མིའི་ལུས་པོའི་འདྲ་བྱེད་རྒྱ་ལམ་ཁྱིལ་པོ་ནི་རིང་བར་སྤྱི་དུག་ནས་ བརྒྱད་བར་སྤྱི་བུ་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ཆོ་ཁ་ནས་རྒྱ་སོར་བརྒྱ་གཉིས་བར་ལ་ཏ་ལམ་སྤྱི་གཅིག་ཡོད་པ་དང་། རྒྱ་ནག་རིང་ཆད་སྤྱི་གསུམ་ ནས་ལྗེའི་བར་ཡོད་པ། རྒྱ་དཀར་རིང་ཆད་ཏ་ལམ་སྤྱི་གཅིག་དང་བྱེད་ཀ་ཅི་ཡོད་པ་རེད།

མིའི་ལུས་པོའི་ནང་ནིན་རྩ་བྱེད་ལས་བྱེད་པའི་གནས་ཚུལ་ཏ་ལམ་གཤམ་གསལ་རྩ་ལོན། སྤྱིར་འཕར་ཐེངས་ཏ་ལམ་ ༡༠༠༠༠འཕར་བ་དང་། ཁྲག་རྒྱ་ཁྲོར་རྒྱག་ཐེངས་༤༡༣༠བྱེད་པ། དཔུགས་གཏོང་ལེན་ཐེངས་༡༣༠༤༠བྱེད་པ། མཆིལ་ ཏ་ཏེ་རྒྱང་༡༠༠༠ནས་༡༥༠༠ཐོན་པ། ཐོ་བའི་གཤེར་ཁྲ་ཏེ་རྒྱང་༡༥༠༠ནས་ ༡༠༠༠ཐོན་པ། མཁྲིས་ཁྲ་ཏེ་རྒྱང་༡༠༠ནས་ ༡༠༠ཐོན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

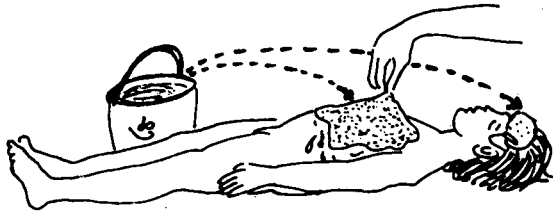
ཤེས་བྱའི་ཐོག་ས་མ་ལས་བདུས།

འཕྲོད་བསྐྱེད་གྱི་སྒོར།

ཚ་བ་དྲ་ཅང་མཐོ་པོ་ཡོད་ཆེ་དེ་ལམ་སང་མར་འཇག་མ་ཐུབ་ན་ཉེན་ཁ་ཡོད། དེས་གཟུང་ནད་དམ་ཡང་ན་(ཁྲག་གྲིབ། བསམ་སྒོ་དལ་སྒོན་དང་བརྒྱལ་གཟེར། Fits (Convulsion) ལྟ་བུའི་རྒྱན་འཇགས་ལྷན་སྒྲིན་བྱེད་སྲིད་པ་ཡིན། ཚ་བ་མཐོ་པོ་དེ་ཕྱག་རྒྱ་རྒྱང་རྒྱང་ཆོར་དྲ་ཅང་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོད།

ཚ་ཆད་༩༠ བཞུལ་ཏེ་དྲ་ཅང་མཐོ་པོར་འཕར་ན་ལམ་སང་གཅོག་ཐུབ་ཐབས་བྱེད་དགོས།

- ༡། བོན་པ་ཕུད་དེ་དམར་ཏུ་ཐོན་དགོས།
- ༢། རྒྱང་གཡབ་དགོས།
- ༣། གཟུགས་པོར་རྒྱ་གསལ་པ་འཇམ། ཡང་ན་རས་རྒྱ་གང་མོ་ལ་སྦྲངས་ཏེ་བྲང་ཁ་དང་དཔལ་བར་སྦྱར་བ་དང་། ཏུག་སྒོག་ལ་རྒྱག་པ་བདུག་སྒྲེ་ཡང་སེ་བརྗེ་ནས་གང་མོར་འཇོག་དགོས། ཚ་ཆད་༡༥ལས་ཉུང་དུ་མ་ཆག་བར་མུ་མཐུད་བྱིས།



- ༤། རྒྱ་གང་མོ་མང་པོ་སྦྱོད་དགོས།
- ༥། ཚ་བ་གཅོག་མིར་སྒྲན་ཞིག་སྦྱོད། ཞེས་ཕྱི་རྒྱན་(Aspirin)དྲ་ཅང་ཕན་པོ་ཡོད།
ཐུན་ཆད། (སྒྲན་ཆེ་བ་མི་ལི་སྒྲ་རམ་༡༠༠ ཐམ་པ་ཐེད་སྦྱོད་གཏོང་བ།)
ཕྱག་ལོ་༡༥ལས་ལ་རྒྱ་ཆོད་༩ རེར་རིལ་བུ་༣ རེ།
ཕྱག་ལོ་༢༠ ལ་༩ རེར་རིལ་བུ་༡ རེ།
ཕྱག་ལོ་༣༠ བར་ལ་རྒྱ་ཆོད་༩ རེར་རིལ་བུ་༡,༣རེ།
ཕྱག་ལོ་༣ མན་ལ་རྒྱ་ཆོད་༩ རེར་རིལ་བུ་༡,༤རེ།

ཚ་བ་ནད་པས་ཞེ་སེ་ཕི་རི་ཐ་ཐ་ཐུབ་གྱི་མི་འདུག་ན་སྒྲན་དེ་ཞིབ་ཞིབ་བཟོས་ཏེ་རྒྱ་དང་བསྐྱེད་སྒྲིན་ཞེས་ནི་རུ་དེ་རྒྱལ་དུ་རྒྱབ་ནས་བཏང་བའམ་ཁབ་མེད་པའི་གཅེ་ལུས་ཁ་ནས་སྒྲགས། ཕྱག་ལོ་ཆེད་དུ་སྒྲན་པ་ཁ་གསལ་གྱི་ཞེ་སེ་ཏེ་མི་རྣམས་ལ་ བེ་རུ་སེ་ཏེ་མྱོལ་(Paracetamol)དེ་བཞིན་ ཞེས་ཕྱི་རྒྱན་ལས་ཉེན་ཁ་རྒྱང་བ་ཡོད་པའི་ངེས་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

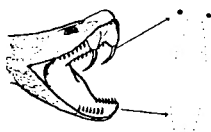
སྐྱུ་ལ་གྱིས་སོ་བརྒྱབ་པ།

རྟོག་སྐྱོ་སྐྱོག་པའི་སྐྱུ་ལ།
(བྱང་ཨ་རི་དང་། མིག་སི་ཁོ།
ཨ་མི་རི་ཀ་དབུས་བཅས་སུ་ཡོད།)



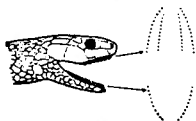
མི་ཞིག་ལ་སྐྱུ་ལ་གྱིས་སོ་བརྒྱབ་སྐྱོ་ལ་དེ་དུག་ཅན་ཡིན་མིན་ཅུང་གཅོད་གྱིས། དེ་ཆོའི་སོ་བརྒྱབ་པའི་དྲགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད།

དུག་ཅན་གྱི་སྐྱུ་ལ།



མཆེ་བའི་དྲགས། དུག་ཅན་སྐྱུ་ལ་གྱིས་སོ་བརྒྱབ་ན་མཆེ་བ་གཉིས་ཀྱི་དྲགས་དང་།

དུག་མེད་པའི་སྐྱུ་ལ།



དུག་མེད་སྐྱུ་ལ་གྱིས་སོ་བརྒྱབ་ན་སོ་འཕྲེང་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་མ་གཏོགས་མཆེ་བའི་དྲགས་མེད།

མི་ཆོས་སྤྱིར་བཏང་གནོད་མེད་སྐྱུ་ལ་ལ་ཡང་དུག་ཅན་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱིད་རང་གི་སྐྱུ་ལ་གང་དུག་ཅན་དང་གང་དུག་ཅན་མིན་པ་ཅུང་གཅོད་གྱིས། ཡོངས་བྱགས་ཀྱི་བསམ་ཆུལ་ལས་བརྒྱུ་མེད་(Boa Constrictors)ཟེར་བའི་ཕུ་ལ་ཆེན་དང་། (Python)སྐྱུ་ལ་ཆེན་ནམས་དུག་ཅན་གྱི་སྐྱུ་ལ་མིན། དུག་མེད་སྐྱུ་ལ་ནམས་མ་གསོད་རོགས་གནང་། གང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཆོས་གནོད་འཆེས་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེ་ལས་བརྒྱུ་ཏེ་ཁོང་ཆོས་གནོད་ཅན་ཅི་ཅི་དང་འབྲུ་སྤྱོད་མང་པོ་གསོད་ཀྱི་ཡོད། ཁ་གསུག་གྱིས་དུག་ཅན་སྐྱུ་ལ་ཡང་གསོད་ཀྱི་ཡོད། སྐྱུ་ལ་གྱིས་སོ་བརྒྱབ་པར་བཅོས་ཐབས།

(Guacoleaves) ༡། ལུ་ཨ་ཀོ་ལོ་མ་པེད་སྤྱོད་གཏོང་བ། ༢། སྐྱུ་ལ་དེ་ཉིད་ལ་སོ་བརྒྱབ་པ། ༣། རྩ་ཐག་བྱགས་པ། ༤། དུག་ཅན་ཅང་པ་ཁ་རལ་གྱི་པགས་པ་སྤྱོར་བ། ༥། སྐྱུ་ལ་གྱི་མཁུས་པ་མ་ལ་བྱགས་པ།

པོད་གཞུང་འཕྲོད་བརྟེན་ལས་ཁྲུང་སྐྱུ་ལ་འགྲུམས་སྤེལ་གནང་བའི་(སྤྲོན་པ་མེད་སྐྱུ་ལ་)ཞེས་པ་ལས་བདུས།

མོད་ཀྱི་ལ་ལོ་༣༡༣༩ རྒྱ་མི་དྲེ་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལྔ་པ་ལྟེ།

གངས་རི་ར་བས་བསྐྱོར་བའི་ཁིང་ཁམས་ཀྱི།

ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གཞི།

སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོ་ཡི།

སྐྱེ་ཆོ་ཞབས་བདུན་བཞེད་དོན་ལྷན་གྱུ་བ་ཤོག།



དང་རྒྱལ་ཁོ་མི་ལྟ་ཅུ་ལ་བ་བཞི་ད་ན་མཁའ་དེ་ན་ལྟ་བ་ཡག་ལ་གྱི་
ལས་ར་བཅུ་ལས་ཁོ་མི་ལྟ་བ་ཡག་ལ་གྱི་

ཡུལ་གྱི་ཕོ་ལོ་ལྟ་བ་ཡག་ལ་གྱི་

